超豪華！HbGのポーチ3個セット＆COACHのステッカーが付録です♪

かわいい服で通勤したい
ステディ。

19page.com

steady.

小池徹平
小出恵介

第1付録 特別付録
柄違いの大中小3つのポーチが連結できます♥
大14×21cm 中11.5×16cm 小8.5×12cm

3個も付いてる！

HbGの3連ポーチ

ありがとう♥創刊3周年
アース ミュージック＆エコロジー ほか
合計365名大プレゼント!!!

12
Dec.200
特別定価590

COVER GIRL
柴咲コウ

第2付録
COACHステッカー
まるごとCOACH BOOK

今年は美シルエットしか欲しくな
着やせコー
お試し会

クリスマスコフレ大図鑑 読プレ付き♥

クチコミだからここまでリアル！すぐ役立つ！
就活スタイル成功ルール

みんながやってる「体にいいコト」

クリスマスに欲しい ジュエリー＆ウォッチ

ニット5枚で乗り切る！
美保のドキドキ着回し30da

150cmガールだっ
「ぺたんこ靴」が好き

プチプラニット大博覧会
4ケタでこんなに買える！

みんなの「愛用タイツ」ランキング付

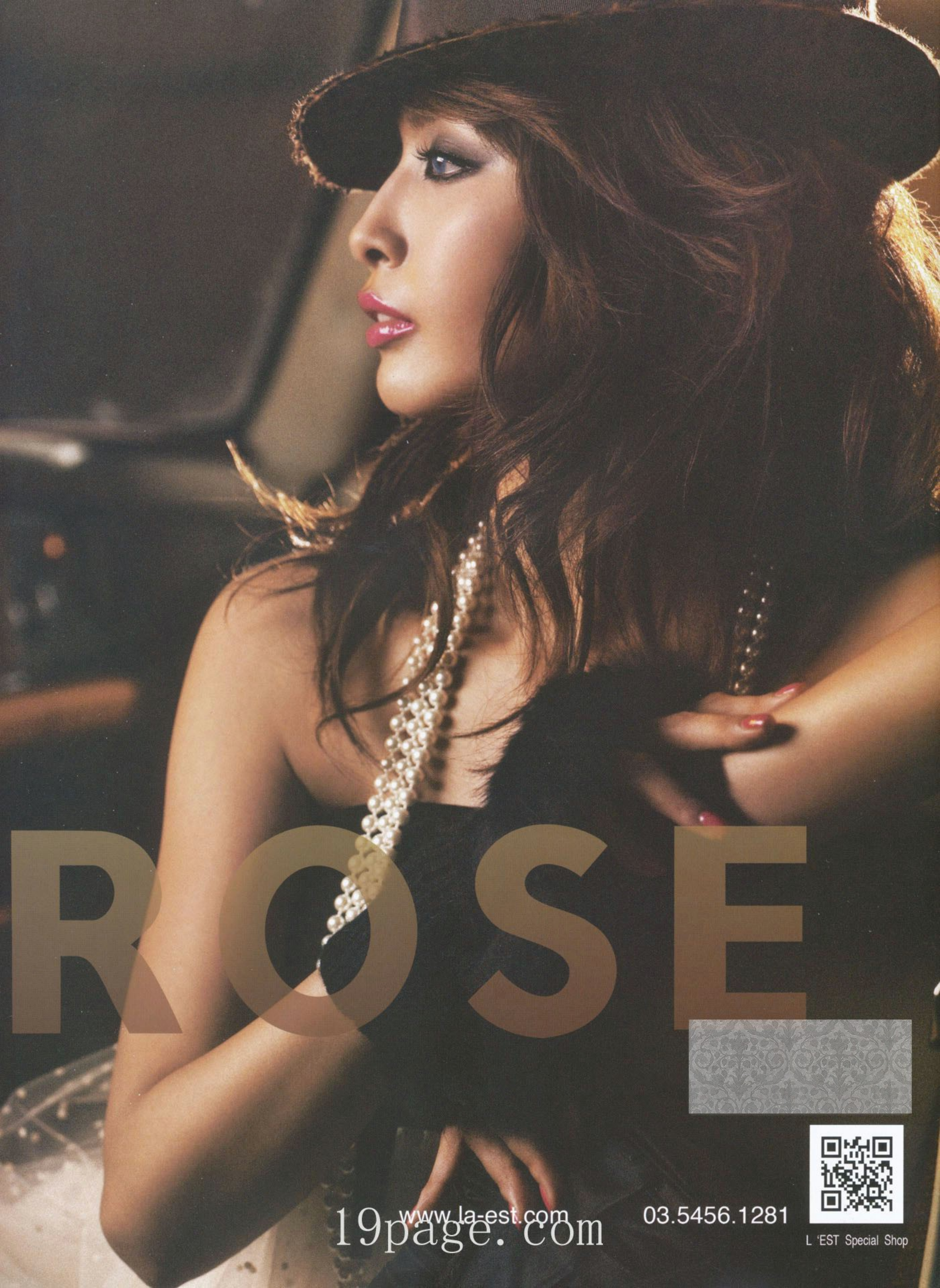
ボトム＋タイツ＋ブーツ
黄金バランスで美脚クイー

しっとり♪保湿レシピ
手帳の新作チェック！
男ゴコロ研究会
冬のお野菜レシピ

読者1000人のお悩み

冬マンネリ脱出計画！

黒コーデマンネリ
冬コートマンネリ
ニットのマンネリ
…すべて解決！


ROSE
www.la-est.com
03.5456.1281
L 'EST Special Shop
19page.com

19page. com

L´EST
TV ドラマ　リアル・クローズで衣装協力しています。
関西テレビ・フジテレビ系全国ネット　毎週火曜日よる 10 時から放送中
On Air Link

Otsuka 大塚製薬

口の中にふわっと広がる、
カナダ産メープルシュガーの上品な薫り。
タンパク質、脂質、糖質に加え、
11種類のビタミン（一日に必要な量の約半分）と
6種類のミネラルを含む、完ぺきに近い栄養バランス。
新しいカロリーメイトは、忙しい朝でも
気持ちと体を満足させてくれます。
しかも1本100kcalでカロリー計算もカンタン。
ハッピーな気分でヘルシーな朝食、はじめませんか？

薫り豊かな、バランス朝食。

CalorieMate（メープル味）

NEW!

19page.com

030 SPECIAL FEATURE

読者1000人アンケートでわかった、冬コーデのマンネリに答えます!

冬のマンネリ服脱出計画!

コートが同じだと毎日同じ印象!

いつも無難な黒ばかり着ちゃう!

ツインニットがおしゃれに着られない!

みんなのマンネリを解決します!

12

2009.December

steady. CONTENTS

COVER STAFF
Photographer:角田修一
Styling:岡本純子
Hair&Make:山口久勝(ロンド)
Model:柴咲コウ

モヘアニットワンピース ¥21,000、モヘアマフラー ¥15,750、ラインストーンネックレス ¥11,550(すべてジル スチュアート)

FASHION

007 It girl's scoop!
ティファニー

020 みなさまのおかげで今月号で創刊3周年を迎えました!!
steady. 3周年ありがとう! 大プレゼント!

051 ホリデーシーズンを盛り上げる、冬の新作が到着!
COACH BOOK♥

067 読者1000人のほしいコートで-3kgやせ見え!
みんなの"着やせコード"ランキング!

076 ニット5枚だけで1カ月の着こなしが完成!!
カジュアル系　美保OLのLOVEな着まわし30days

086 激安の¥3,999以下、ベーシック¥5,999以下、特集内のニットはすべて¥9,999以下!
プチプラニット大人買いカタログ134!

094 プロフェッサー・ユウの下半身やせ見え講座、開講です!
ボトム+タイツ+靴で足もと細見えレッスン!

102 就活の成功組から、'実際使えるリアルな情報'届きました!
絶対内定 就活スタイル成功ルール

106 人気のブランドからキャラクター手帳まで、ほしい手帳が見つかる!
2010年最愛手帳大図鑑

112 憧れブランドのクリスマス限定アイテムをイチ早くご紹介★★★
クリスマスにほしいジュエリー&ウォッチ

142 女子力が上がる下着がいっぱい!
大人可愛い♥ランジェリー

INTERVIEW

013 柴咲コウ

BEAUTY

120 今だけの限定アイテムをチェック☆ プレゼントつき!
真冬の限定コフレ&限定&新作コスメ92名に大プレゼント!

128 肌キレイだねってほめられちゃう♥
正しい保湿で素肌美人

150 読者&プロに聞く! 美容・健康・ダイエット・癒し
みんながやってる ロコミ 体にイイコト30

LIFE STYLE

147 男のコの本音と建て前を検証
男ゴコロ研究所

166 食べても太る心配なし!
旬のヘルシー♥お野菜レシピ

170 読者代表100人に聞きました!
2009年コレ頑張りました!

2大付録

steady.3周年記念!

付録初登場!
"つながる"3連ポーチ完成
HbGの万能3連ポーチ
026

大人気「POPPY」シリーズのオリジナルシール付き!
COACHステッカー
067

REGULARS

009 steady.♥ BEAUTY
011 steady.♥ FASHION
012 大人のハワイ支度
050 今月のNEW OPEN
084 香里奈's "リアル・クローズ" scoop!
132 小出恵介×steady.のクロスロード企画 徒然小出
134 DJユウのおしゃれなカー・チャンネル
136 150cm台のコ限定! ミニーちゃんのためのスタイルUP術
138 steady.カルチャー・ファイル ソ・ジソブ、大塚 愛
154 蝶々の『オヤジを制す者は上司を制す』
155 steady.マネー講座 教えて! お金のこと
156 サロン de steady.
158 SHOP LIST
162 人生相談みうらじゅく!
163 s♥seat
175 今月のZOO
176 Fashion News
180 みっこの「新作、コレ欲しい♥」
183 steady.今月のプレゼント
185 マツコ・デラックスの「マツコ・ヨットスクール」
187 次号予告
189 steady.TOPICS
190 田村夕美子「毎日ハッピーに働くお仕事ガール物語」
192 ムーン・リーのMonthly Horoscope
194 今月のsteady.モデルをPAPARAZZI

デザイナー
GRAPHITICA、高安晶子、佐藤秀紀、Bee works、Ma-hgra、本谷秀人

2009年12月7日発行
創刊人:蓮見清一
共同発行人:関川 誠　高杉純一
編集長:倉田未奈子
編集:小林 有希　春原亜耶　佐藤有紀
鈴木 愛　千田あすか　山梨智子
橋爪尚子
編集補助:竹田千夏　通正倫子

広告責任者:額谷浩子
広告進行:大森美紗子
販売責任者:熊谷みのり
制作責任者:伊藤俊之

発行所:株式会社宝島社
東京都千代田区一番町25番地
営業　03-3234-2850
編集　03-3239-0289
広告　03-3234-3917

印刷製本　凸版印刷株式会社
広告のお問い合わせ　宝島社広告局
03-3234-3917
http://tkj.jp

J-AXIS
HL57-PI
HL57-PU
HL57-BKR
HL57-RBK
女優 三船美佳
株式会社 サン・フレイム
TEL 03-3845-3206
www.sunflame.co.jp
東京・銀座でもお買い求め頂けます。
銀座菊水（松阪屋百貨店前）
全色 ¥2,604
HL57-GR
HL57-WBK
19page.com

今月のハイファッションNEWS

It Girl's Scoop!

撮影／多田 寛 (REV.INC)

※文中の素材表記はPT＝プラチナです
●掲載された商品のお問い合わせ先はP.1[illegible]8にあります

19page. com

TIFFANY & Co. ティファニー

2009 AW Collection ～モチーフコレクション～

ホリデーシーズンにぴったりのティファニーのモチーフジュエリー

ティファニーから、ホリデーシーズンにぴったりのスペシャルなモチーフジュエリーが到着。女の子なら誰もが大好きなハートとリボンモチーフのペンダントやリングは、ラウンドブリリアントカットのダイヤモンドをセットし、可愛らしさの中にも贅沢さ、上品さを兼ね備えた品格あふれる逸品に。身につけるだけで幸せを呼び込んでくれるハートモチーフは大切な心に届くよう、ダイヤモンドをリボン結びしたようなデザインのリボンモチーフは、永遠の愛を結んでくれるように願いを込めて。今シーズンは、よりラグジュアリー感あふれるひとまわり大きいリボンペンダントも登場。ギフトとしても、自分へのご褒美としてもぴったりなダイヤモンドジュエリーを今すぐ手に入れて。

左から、ティファニー センチメンタル ペン
[PT、ダイヤモンド] ￥134,400、ティファ
ンチメンタル リング [PT、ダイヤモンド]
450、リボン リング [PT、ダイヤモンド]
250、リボン ペンダント [PT、ダイヤモン
430,500、リボン ペンダント ミニ [PT、ダ
ンド] ￥267,750／すべてティファニー（テ
ニー・アンド・カンパニー・ジャパン・イン

19page.com

アイクリスタル NY 直営店：表参道 Tel.03-6638-6633　名古屋 Tel.052-249-5230　心斎橋 Tel.06-6241-3505　www.europassion.co.jp/shop/
ユーロパッション株式会社　TOKYO：03-5295-0411　OSAKA：06-6268-5154　www.europassion.co.jp/icrystal/

19pages.com

steady. Loves BEAUTY

頭のてっぺんから足の指の爪先まで、完璧な美を目指すsteady.ちゃん。そんな願いをかなえるべく、美の達人たちが立ち上がってくれました！ キレイの魔法をかけてくれるスペシャルな一品を紹介します♥

撮影／横田裕美子（STUDIO BAN BAN）イラスト／Nobby

今月のsteady.ちゃん♥

イベント盛りだくさんな季節の到来！ イベントシーズンってファッションだけでなく、メイクも遊びたくなっちゃうよね。可愛いパーティメイクの仕方を知りたいな♪

Profile

本名／steady.ちゃん。「キレイになりたい！」という強い信念を持つ24歳会社員。お仕事が忙しく肌も身体も少し疲れ気味。それでも美の追求のためなら努力は惜しみません！

Q イベントシーズンにぴったりな、可愛いパーティメイクを教えて

4色のエキゾチック カラーを組み合わせたアイパレット。メタリックに輝くエメラルド グリーン、微細なゴールドパールが輝くコッパー、冬の日光のようなイエロー、美しい光沢のオリーブの4色。ドライで使用すると淡いパステルトーンに、ウェットで使うとメタリックに光を反射する鮮やかな仕上がりに。レ キャトル オンブル ＃15 バード オブ パラダイス【11月20日発売（特別限定色）】¥7,245／シャネル

ゴールドを使った光を感じるパーティメイクが◎

steady.ちゃん 待ちに待ったイベントシーズン。年末ってワクワクしますよね！ メイクも普段と印象を変えて、パーティメイクに挑戦してみたいのですが、派手になりすぎちゃいそうで……。可愛いのにやりすぎない、オススメなパーティメイクを教えてください。

TAKAKOさん それなら光を感じるメイクがいいかも！ 肌なじみのよいゴールドなら、目もとにオンしても肌浮きしません。オススメは微細なゴールドパールが入った、シャネルのアイシャドウ『レ キャトル オンブル ＃15 バード オブ パラダイス』。パーティ仕様なら右上のイエローカラーをベースに、左上のエメラルドグリーンをライナーのように引くメイクが◎。普段使いなら左下のコッパーをベースに使いながら、アクセントで右下のオリーブをオンすると深みのある目もとになれます。

steady.ちゃん 素敵！ 早速私も挑戦してみます。アイシャドウ以外で、パーティ感を取り入れたメイクテクってあるんですか？

TAKAKOさん まつ毛や眉毛をブラウンマスカラでカラーチェンジするポイントメイクもオススメ。いつもよりアカ抜けた印象になれますよ。さらに髪全体をふんわり巻いて、ちょっとルーズなハーフアップにすると、キュートなお嬢様らしさを演出できます。

今月の美の達人

COSME ビューティークリエーター
TAKAKOさん

ソウルファミリー主宰。海外で活躍後帰国。広告・雑
をはじめ、そのテクニックは幅広い層に人気を誇る。
書に「TAKAKO's ラブメイク」（講談社）、「ガーリー風
ジックメイク」（ランダムハウス講談社）。
http://www.stylife-b.jp/TAKAKO
http://ameblo.jp/takako-ameblo

愛する人のすべてを知っていますか？
松本清張生誕100年記念作品
ZERO—FOCUS.JP 11.14 ROADSHOW
ゼロの焦点
ミステリは再び0から始まる
© 2009「ゼロの焦点」製作委員会
カロリーゼロ0の自然派甘味料
天然素材
特許成分※「羅漢果エキス」配合
※製法特許 第3502587号
使いやすい広口タイプ／チャック付き
カロリーが気になる方に
砂糖と同じ甘さで カロリーゼロ0
自然派甘味料
ラカントS
顆粒 200g
加熱料理やデザートに
自然派のサラヤ
自然派？ or 合成派？
ゼロの焦点を見極めろ！
ラカントS100名様プレゼントクイズ
携帯かパソコンサイトでクイズに答えて応募すると、
松本清張生誕100年記念「図書カード3000円分
+ラカントS豪華セット」が抽選で100名様に当たる！
クイズ
カロリーゼロの甘味料「ラカントS」は、
自然派？ それとも合成派？
応募締切 2009年11月30日(月曜日)
当選者の発表は発送をもってかえさせていただきます。
応募方法
パソコンサイト
ラカントS公式サイト
www.lakanto.jp
ラカント 検索
携帯サイト
QRコードから
自然派のサラヤ サラヤ株式会社
0120-40-3636
world diabetes day
11月14日は、世界糖尿病デー
ラカントSは糖尿病と闘う
ブルーサークル*運動に協賛しています。

steady. Loves FASHION

クリスマスに向けて、今月はパーティにちなんだアイテムをご紹介！ いつもはちょっと気恥ずかしいドレスやキラキラ小物も、パーティのときならOK。特別に着飾ってお出かけしましょう♥ 限定アイテムも見逃さないで。

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所） スタイリング／柴山之和美

●掲載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

19page.com

今月のテーマ

パーティアイテム♥

クラフト感が可愛いニューヨークのアクセ！

ハンドメイドならではのいびつな形が愛らしい♥ アメジストネックレス¥12,600、リング¥12,600、ピアス¥16,800／すべてレオ ワークス(ビームス ジャパン 3F)

イラン イランでパーティへGO！

憧れブランドのイラン イランで上から下までコーデ。立体的なドレスは、胸の部分がバラのつぼみのよう。上質なベルベットのバッグも素敵。ピンクベアワンピ¥49,350、クラッチバッグ¥55,650、ネックレス¥21,000、靴¥40,950／すべてイラン イラン

髪に飾るだけで簡単ヘアアレンジに

リボンカチューシャ¥15,750／グリン（ラ・グラン アクアガール青山）べっ甲風コーム¥3,990／オスミチュカ(ビームス ジャパン 2F) 花ブローチ¥18,900／アユミ オカダ(ビームス ジャパン 3F)

大人気柄「ab♥」のクリスマス限定モデル

11/13〜12/25まで、話題のab♥がメタリックで登場！〈左〉ピンクバッグ〈H25×W29×D14cm〉¥11,550、〈右〉ゴールドバッグ¥13,650〈H20.5×W34×D14cm〉／ともにアニエスベー ボヤージュ(アニエスベー)

アメリカでブレイク中の香水「ロリア」

クリスタルチャーム付きのボトルも可愛[...]アの香水。ピオニー、ホワイトリリー、[...]プフルーツ、オレンジ、グリーンノートが[...]ります。¥9,450／ロリア(シップス ジ[...]ルー 原宿店)

ドレスのすそからチュールをチラ見せ

ドットワンピ〈リボンブローチとセット〉¥17,850／ミニマム ミニマム（ミニマム）〈中に着た〉スカート¥13,650／ルビーリベット（ルビーリベット 有楽町）ファーティペット¥14,700／bprビームス（ビームス ジャパン 3F）パールネックレス¥12,600／クローラ（アクアガール新宿）ハートネックレス¥5,985／シップス（ミュージアム フォー シップス）バッグ¥14,700／クレデュ クレ（ビームス ジャパン 2F）靴¥73,500／ヴィクター & ロルフ(シップス ジェットブルー 原宿店)

パーティ小物はハデ可愛をチョイス

リボンポーチ¥2,940／ミニマム ミニマム(ミニマム) ヒョウ柄財布¥19,950／グリ グリ(ビームス ジャパン 3F) ファーポンポン¥4,200／コンピレーション(ビームス ジャパン 2F)

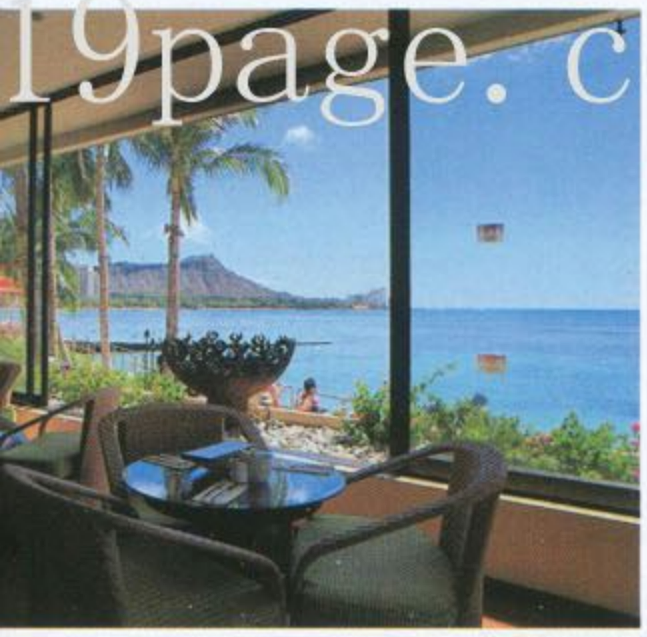
ヒールにはキラ[...]スパンコールが[...]

リボンとフリルがほどこ[...]たメタリックパンプス。[...]とから華やかになれる1[...]〈H8cm〉¥15,750／ミニ[...]ミニマム(ミニマム)

SHOP DATA

㊟：2255 Kalakaua Ave. Honolulu HI 96815
☎：(808) 922-4422
URL：http://jp.sheraton-waikiki.com/
料金：エンドレス・エスケープ　$199（≒¥18,010）〜

19page.com



4.プールの隣にある「ラムファイヤー」はランチ、ディナー、カクテル、用途にあわせて利用可能。5.「ブラック・アンガス・チーズバーガー」$16（≒¥1,448）、オリジナルビール「ラムファイヤー・レッド」$5.74（≒¥519）。6.テラス席は水着のまま利用できるのが嬉しい。7.高さ4.5m、全長約21mのウォータースライダーを備えたワイキキ最大規模のリゾート・プール。

ワイキキ初の大人専用プールがオープン

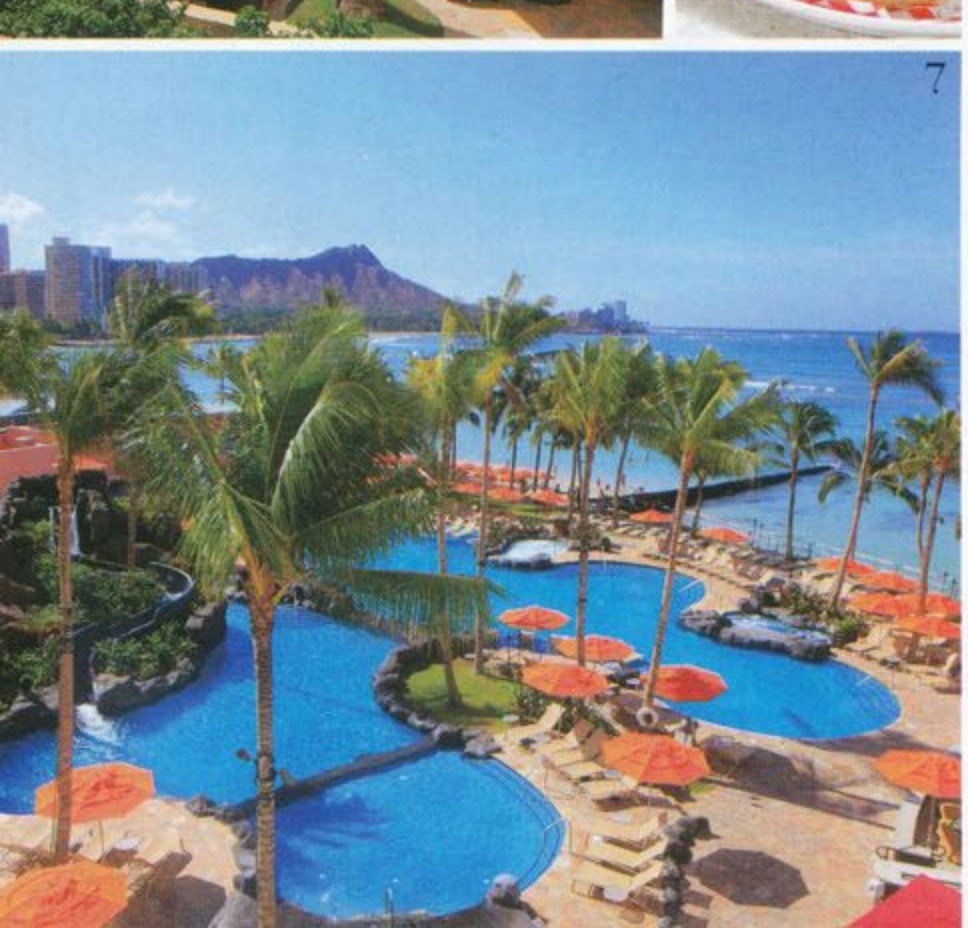
シェラトン・ワイキキ・リゾート インフィニティ・エッジ・プール

ワイキキの中心にある「シェラトン・ワイキキ・リゾート」に今年9月、ハワイでは珍しい大人専用（16才以上）のプールが登場。海との一体感、リラックスしたひとときを感じることができるこのプールでは、騒いだり、走ったり、浮き具の使用は禁止。大人のためのリュクスなプールで静かな時間を心ゆくまで楽しんで。

撮影／熊谷 晃（JAM INTERNATIONAL）　取材・文／古沢きよみ　※$1≒¥90.5で計算（2009年10月現在）

6

5

7


2

3

1

1.ダイヤモンド・ヘッドとワイキキビーチが一望でき、冬の時期はサンセットも堪能できる。2.無限に続く地平線を見ながらカクテルを楽しむゲストも多い。3.おしぼり等のサービスも用意されている。

ニット¥15,750、中
ノースリーブ¥18,9
もにジル スチュア
ボンネックレス¥2
マラリーノ(インター
ナル ギャラリー ビ

19page.com

ハッピーなラブストーリーを歌にのせて

柴咲コウ

ドラマ・映画で見せる演技と、音楽の世界で表現する自分らしさ。
常にパワフルでありながら、時にリリカルな柴咲コウさんの
オフとオンのライフスタイルを聞きました。

撮影／角田修一　スタイリング／岡本純子　ヘアメイク／山口久勝(ロンド)　取材・文／馬場千枝

誰にとっても興味があるし、恋の話は聞いていてもすごく楽しい！

忘れかけていた女性らしさをちゃんとキープしたいです

――今回の撮影ではきれいな色のニットワンピなど、フェミニンなスタイルがとても似合っていましたね。

「プライベートではボーイッシュな服が多いので今日は新鮮でした。忘れかけていた女性らしさを冬もちゃんとキープしろという戒めですね(笑)。でもきれいな色の服は昔から好きです。秋冬ものではなかなか見つからないんですけど、ショッキングピンクのニットがあったら即買いですね。昔、ズッカで買った紫のロングカーディガンはすごく気に入っていて、中にいっぱい着込んでアウターっぽく活用してました。ちょっと強気に色で勝負という感じです」

――最近、気になっているスタイルは？

「今シーズンはボリュームのあるブーツにスカートをあわせたりして、ちょっと脚を出そうかなと。きっと上物はライダースか、新しく買ったショート丈のファーコートですね。今まで毛皮は少し派手すぎる気がして避けていたんですけど、シンプルで長く着られそうなものを見つけたので。寒くなったら挑戦してみます」

――最近、凝っていることは？

「今年はずっとジム通いしています。ダッシュで思い切り走った後、機械を使ったトレーニングをして、最後に30分くらいランニング。気持ちと体のバランスで、気持ちにあわせてしまうとだらだらしてしまうので、逆に体を動かしておこうと思って。今のうちに体力をつけて基礎代謝を上げないと、やばいぞ、30代(笑) みたいな感じです」

ブレーキをかけず、いろんなことに挑戦する自分でいたい

――今月、2年半ぶりのオリジナルアルバムがリリースされます。今回はどんな作品に仕上がっているのでしょう？

「9月にリリースしたシングル『ラバソー～lover soul』に引き続いて、恋愛をテーマにしたアルバムです。集めていた楽曲もアップテンポだったり、私の好きな打ち込み系もあって、それをポイントで入れるとアルバム全体がとてもリズミカルで、自然とハッピーな恋愛が思い浮かんできたんです。これまでは内向的だったり、ざっくりした愛に対して書くことが多かったんですけど、もうちょっと的を絞った感じでもいいのかなと。やっぱり恋愛というのは誰にとっても興味あるジャンルだし、恋の話は聞いていても楽しいですよね。それをいい意味で素材として使えたら面白いし、1曲、1曲がメインと思えるような、本当に自分が好きなものを詰め込んだので、全部が自己主張しているような感じです」

――柴咲さんが憧れる恋愛はどんなイメージですか？

「すごく大人の男性にちやほやされるような恋愛。よく『女の人の手の中で転がされる』という表現があるけど、男の人の手の中で、キャッキャ言って転がっている自分っていいなー、と(笑)」

――07年からライブ活動もスタートして、さらに活動の幅が広がりましたね。

「ライブを始めたというのは、経験としてすごく大きかったです。それまでは何でも自分には無理だと決めつけがちな性格で、つい、いろんなことにブレーキをかけてしまったり。でも失敗も含めて、挑戦して良かった。20代の早いうちにそういうことに気づけたので、エネルギーの出し方がもうひとまわり成長できたなと思います。来年もツアーが楽しみです」

――いよいよ年の瀬が迫ってきましたが、来年はどんな1年にしたいですか？

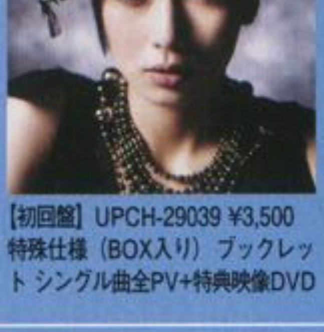
「今年は自分を冷静に客[illegible]て、いかに成長させるかを[illegible]つ考えて、変な言い方なん[illegible]ど耐える感じでやってきた[illegible]んです。だからきっと来年[illegible]にか小規模の爆発があるか[illegible]ませんね。ぜひ一緒に1年[illegible]みましょう！」

19page.com

色鮮やかなラブストーリーが聴こえる

『最愛/KoH＋』から最新シングル『ラバソー～lover soul～』までのヒット曲と、柴咲コウの今を表現する新作を収録した4枚目のオリジナルアルバム『Love Paranoia』が11月18日リリースされる。彼女のヴァリエーション豊かな音楽性が楽しめる必聴の1枚。

初回版



【初回盤】UPCH-29039 ¥3,500 特殊仕様（BOX入り）ブックレット シングル曲全PV+特典映像DVD

通常版

【通常盤】UPCH-20174 ¥3,000

Shibasaki

Profile

1981年8月5日東京都生まれ。女優&アーティストとして幅広く活躍中。現在はニューアルバムのプロモーションと来春放映予定のドラマ『わが家の歴史』の収録で多忙な日々。

「大人の男性に
ちやほやされるような
恋愛に憧れますね」

水色ニット¥24,150、スカート¥16,800／ともにポール & ジョー シスター（ルック）白キャミソール¥15,750／ジル スチュアート ネックレス¥29,400／トゥープライ（シャンデリエ渋谷）

19page. com

19page.com

ピンカールの新作をお届け！

今すぐ活躍！冬の2大旬コーデ

この冬取り入れたい旬のトレンドアウターから、１枚で決まるワンピースまで
ピンカールがおすすめする一押しのアイテムが続々到着！
スイート派、カジュアル派の２大スタイルで冬のガーリーミックスを楽しんで。

撮影／[人物]清水尚子、[静物]多田 寛(REV INC.)
スタイリング／谷内 瞳
ヘア＆メイク／川添カユミ(nude.)
モデル／矢野未希子、美優　撮影協力／EASE

Rich Casual

**この冬はトレンドの
ボーダー柄を効かせた
大人カジュアルが気分**

イビーカラーがシックなベルト
きのスタンドカラーコートは、
ニワンピやスキニーパンツとの
性抜群。襟もとにパールがあし
われたトレンドのボーダー柄ニ
トワンピに、ロングブーツをあ
せてクール＆カジュアルに着こ
すのが今年風。コート￥19,950、
ーダー柄ニットワンピース
7,980、ラビットファーの
ッグ￥7,980、ニーハイブーツ
11,550／すべてピンカール
イツ／スタイリスト私物

Grace Girly

**白のクラシカルなコートが
主役のガーリーコーデは
甘く上品に着こなして**

られるのも嬉しい。インナーには
相性抜群のガーリーなワンピース
をあわせて、どんなシーンにも活
躍するガーリーコーデに。コート
￥29,400、ラメ入りチェック柄
ワンピース￥15,750、パール＆
フラワープレートの3連ロングネ
ックレス￥2,625、エナメルリボ
ンバッグ￥7,980、フリル付きパ
ンプス￥6,195／すべてピンカー
ル　タイツ／スタイリスト私物

存在感のある黒のダブルボタ
今年らしいホワイトカラーの
ケットには、スイートなビジ
付きフリルスカートがベスト
チ。全体をモノトーンカラー
とめ、ロマンティックガーリー
着こなして。スタンドカラーの
ャケット¥16,800、中に
タートルネックカットソー
ボンブローチ付き）¥6,9
ビジュー付きフリルス
ト¥7,980、千鳥柄サン
¥7,245／すべてピンカール

シンプルシルエットのワンピースは、裾にあしらわれたスタッズ使いで程よくトレンド感をミックス。ベルト付きだから、気分次第でシルエットを調整し、2WAYで楽しめるのも魅力。パーティにも、デートにも、お仕事服としても活躍する万能ワンピース。スタッズ付きワンピース（ベルト付き）¥12,600、スターモチーフのロングネックレス¥2,415、リボン型クラッチバッグ¥7,980／すべてピンカール　レギンス／スタイリスト私物

19page.com

らぐまで重宝しそうなシンプ
ットは、胸もとのリボン使
袖のパイピングが可愛らし
ボトムを選ばず、どんな着こ
にもマッチするので、リアル
ーズとして大活躍。鮮やかな
ッキングピンクのティアー
カートは、後ろのベルト部
リボンデザインがほどこさ
バックスタイルもスイート
リボン付きニット¥6,930、
クリボン付きティアードス
ト¥7,980、ニーハイブーツ
,550／すべてピンカール

Knit tops × Frill skirt

シンプルなニットも キュートなリボン付きで 可愛らしさをプラス

愛らしさをプラスした ンプルスイートなアイテム

[illegible]シャイニ[illegible]なスパンコールがほどこされたリボン
[illegible]ーチ付きカッ[illegible]ソー¥6,930、ギャザー入りのリ
[illegible]付きスカート¥7,[illegible]80／ともにピンカール

美シルエットの ガーリーワンピース

すとんとしたシルエットのワンピは、裾のビジュー使いやパイピング、襟のリボンデザインなどロマンティックなディテールが満載。ワンピース¥15,750／ピンカール

ポケットリボンが アクセントのコート

丸みのある襟や丸ボタンがレトロで優しい雰囲気のコートは、ポケットのリボンデザインがキュート。ウールコート¥29,400／ピンカール

ファーティペット付きで 甘く上品なAラインコート

ダブルボタンや、取り外し可能なファーティペットが可愛いクラシカルなAラインコート。ファーティペット付きコート¥33,600／ピンカール

Three points of special set

お得感満載のスペシャル3点セットでトレンドのトータルコーデが完成!

落ち着いたグレーをベースにシンプルなニットトップス、ボーダー柄スカート、パールのネックレスの3点がセットになった冬一番のスペシャルアイテム登場！ トータルコーデが楽しめることはもちろん、単品で使いまわすこともできるので、お得感もたっぷり。ニットトップス、ボーダー柄スカート、パールネックレスの3点セット¥8,925、ロングブーツ¥9,345／ともにピンカール

19page. com

最旬スタイルが決まる! お得なプチプラ3点セット

ラメ入りニットトップス、チュチュ、ニット帽がセットになったスペシャルアイテム。ニットトップス、チュチュ、ニット帽の3点セット¥8,925／ピンカール

上品なフェミニンワンピはオンにもオフにも大活躍

こっくりとしたカラーが冬にぴったりなティアードワンピは、ベルト付きで着回し度も大！ティアードワンピース（ベルト付き）¥15,750／ピンカール

冬の防寒も抜群の細見えダウンコート

ロング丈のダウンコートは、ベルト付きだからシルエットもすっきり。フードは取り外し可能。ロングダウンコート¥19,950／ピンカール

Shop List

Pin Curl

アトレ大井町、ららぽーと磐田、小田原ラスカ、長岡 CoCoLo、仙台泉セルバ、イオンレイクタウン越谷、イオンモール成田、イオンモール浜松志都呂、イオンモール岡崎、イオンモール東浦、イオンモール高崎、イオンモール羽生、イオンモール盛岡、イオンモール宮崎、イオンモール神戸北、イオンモール草津、イオンモール利府

取り扱いSHOP

Reiri dea

浜松、鴨宮、松戸、茅ヶ崎、新横浜、本八幡、郡山、山形、川口、草加、八王子、茂原、柏

Reala

武蔵村山

Pin Curl

お問い合わせ先

0120-282-337 http://www.pin-curl.com/

周年ありがとう!

撮影／smile☺〈矢野未希子、梅澤レナ、菅原沙樹〉、芹澤裕介〈美優、平野由実〉、堤 博之〈比留川 游〉、佐藤きよた〈田中美保〉 スタイリング／谷内 瞳〈矢野未希子、梅澤レナ、菅原沙樹〉、檀上 曜〈美優、平野由実〉、為井真野〈田中美保、比留川 游〉ヘア&メイク／大島清子（roraima）〈矢野未希子、梅澤レナ〉、川添カユミ（nude.）〈菅原沙樹〉、陶山恵実（NEWS）〈美優、平野由実〉、中村未幸（roraima）、松永奈巳（S.）〈比留川 游〉

梅澤レナ

おしゃれオフィス服であこがれOLを体現★

矢野未希子 *Mikiko Yano*

ステディ．を引っ張る笑顔の愛されガール！

比留川 游 *You Hirukawa*

カジュアルからガーリーまで着こなす大人気モデル！

レナの初登場は……

2007年11月号「本命系 秋のHOTアイテム着こなしQ&A」

秋のおしゃれなオフィスカジュアルスタイルでレナが初登場！

ワンピ¥25,200／リヴィジテーション（アバハウスインターナショナル）ネックレス¥18,900／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿髙島屋店） バングル¥6,300／"オルタナティブバージョン"ダブルアール 渋谷 バッグ¥19,950／フェリックス レイ（T.スクエア）パンプス¥13,650／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）カチューシャ¥8,925／ジェニファー・オウレット（ラ グランアジアガール青山） タイツ／スタイリスト私物

みっこの初登場は……

2006年12月号
「今ドキ♥香港トリップ」

創刊号に登場したみっこは、香港の街を案内してくれました！

切り替えツイードワンピ¥25,200／レッセ・パッセ パンプス¥13,650／オゥ バニスター（アバハウスインターナショナル）パールネックレス¥6,090／メルローズ 黒カチューシャ¥11,550／アナ スイ（アナ スイ 伊勢丹新宿店）

游の初登場は……

2007年1月号
「わたしの目に合うアイメイク」

steady.創刊2号目のビューティ企画で登場の美人フェイス★

サテンワンピ¥24,150／シュテフィス（フレディ銀座店） パンプス¥26,250／ファビオ ルスコーニ（ノーリーズコレットモザイク銀座阪急店） カチューシャ¥7,140／ジョイアス ネックレス¥3,990／ジネス（ジネスルミネ立川店） ブレスレット／スタイリスト私物

みなさまのおかげで今月号で創刊3周年を迎えました!!

steady. 3

いつもご愛読ありがとうございます。おかげさまでsteady.も絶好調で3周年を迎えました！おなじみのモデルたちが、みなさまへの感謝のメッセージをお伝えします！これからもご愛読よろしくお願いします★

美優 Miyu

愛嬌たっぷりのハツラツおしゃれっコ♥

田中美保 Miho Tanaka

キュートな笑顔のスーパースター★

菅原沙樹 Saki Sugawara

美人オーラ抜群の大人ガーリーモデル！

平野由実 Yumi Hirano

19page.com

ワンピ¥47,250／ポーター・グレイ（トゥモローランド）ヘッドドレス¥8,295／ジェニファー オウレット（アクアガール代官山）ネックレス¥5,775／オピュール（シャンデリエ新宿）パンプス¥4,179／イマージュ ルージュ（イマージュ）

美優の初登場は……

2008年7月号「「買ってよかった♥」着回しアイテムBest10」

子猫のような瞳に胸キュンしてしまった読者が続出でした！

美保の初登場は……

2006年12月号「今 欲しいのは何でも入るA4エディターズ♥」

美保は創刊号に登場。大流行のエディターズバッグ特集でした！

ワンピ¥23,100／イエナ、パンプス¥12,600／ツディアッコ（ともにルドーム イエナ丸の内店）ファーボレロ¥19,740／ノーリーズ ピンク（ノーリーズ銀座本店）ヘッドアクセ¥3,150／ディグレース（ビー・エックス）ネックレス¥4,725／スタイル 81（ヴァンドームヤマダ）ブレスレット¥3,675／ジョイアス

沙樹の初登場は……

2008年7月号「今欲しいのはプチプラ可愛い♥サンダル&カゴバッグ」

夏らしいガーリースタイルで登場！美少女っぷりに一同驚愕！

ワンピ¥29,400／ポールジィ（トゥモローランド）ファーティペット¥8,190／ジネス（ジネス ルミネ立川店）ネックレス¥9,450／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）グローブ¥24,150／アナイ バッグ¥19,950／フェリックス レイ（T.スクエア）パンプス¥17,850／モザイク バー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）

2009年5月号「噂の得ブランド大研究！」

旬のおしゃれブランドを紹介してくれた由実。すぐに大人気に！

ワンピ¥40,950／マ…ロタ（ル ドーム イエ…丸の内店）ネックレ…¥5,985／イチロクゴ…サン（グラス ウォータ…たまプラーザ店）サン…ル¥54,600／カリス…（オペーク ギンザ）

エコロジー／スウィーナ by アース ミュージックから プレゼント

いつもご愛読くださるみなさまに、3周年の感謝を込めて
人気ブランドの「アース ミュージック&エコロジー」と
新しくデビューするアースのお姉さんブランド
「スウィーナ by アース ミュージック」をプレゼント！

撮影／［人物］芹澤裕介、［静物］片岡 祥（PPI） スタイリング／樋上 曜
ヘア&メイク／陶山恵実（NEWS） モデル／美優

アース ミュージック&エコロジーを257名様にプレゼント♥

ニットと花柄スカートの愛されガーリーコーデ♥

3rd anniversary presents♥ from earth music&ecology

着たのはコレ！

No.1 10名様

アンゴラニットチュニック

ポケットがリボンになった女のコらしいニット。素材はアンゴラだから、上質で肌ざわりも気持ちいい♪スカートともパンツともあわせやすい！〈サイズ／フリー〉¥4,473

No.2 14名様

ファーラメニットストール

柔らかいベージュのカラーで、どんなコーデにも使える万能ストール。ラメ入りなので、華やかさも◎。ファーのボンボンのピンも付いています。〈サイズ／フリー〉¥3,990

No.3 12名様

フラワースカート

秋らしいシックな色合いのフラワープリント。今年らしいミニ丈で、チュニックともあわせると可愛い！ 女のコらしくてデートにぴったり★〈サイズ／フリー〉¥3,990

No.4 7名様

バックベルトクラシカルブーツ

黒のブーツはどんな時にも大活躍！膝まである長さで美脚に見えるのもうれしいポイント。〈サイズ／S=22〜23、M=23〜24、L=24〜25cm ヒール3cm〉¥8,998

ニットチュニック¥4,473、ストール¥3,990、スカート¥3,990、ブーツ¥8,998／すべてアース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

steady.3周年
大感謝企画

アース ミュージック
263名様い

フラワー刺しゅうスカート

No.13 6名様

刺しゅうが豪華なグレーのスカートは、サテンのツヤ感もゴージャス★ チュニックの下からチラ見せするだけで女のコらしくなって可愛い！〈サイズ／フリー〉¥4,494

バルーンティアードスカート

No.12 8名様

大流行中のティアードスカートがバルーンで登場！ 中段だけ明るめのブルーなのがおしゃれ！ ウエスト部分は刺しゅう入りの凝ったデザインです。〈サイズ／フリー〉¥3,990

2way ローズニット

No.14 8名様

ボタンがある側を前に着ても、後ろに着てもOKなニット。どちらも深めのUネックだから、首まわり美人決定★ ボタンがローズになっててフェミニン。〈サイズ／S・M〉¥3,990

ボーダーワンピース

No.15 10名様

ボリュームのあるグレーのロングボーダーニット。オフタートルでおしゃれに着れそう！ ベルトでウエストマークしても、今年らしくなる！〈サイズ／フリー〉¥5,995

ノーカラージャケット¥6,993、ニット¥3,990、スキニーデニム¥6,993、バッグ¥4,998／すべてアース ミュージック＆エコロジー（アース ミュージック＆エコロジー新宿）

ケーブルニットチュニック

No.9 10名様

暖かい雰囲気が可愛いケーブルニット。のチュニック丈なので、ボトムもスカーパンツ、ショーパンなど、何でもあわせちゃう！〈サイズ／フリー〉¥4,998

ツイードキュロットパン

No.10 10名様

リボンが可愛いキュトパンツ。スカート躊躇しちゃうマイク二丈もキュロットだ安心してはける♥ツやブーツとあわせ〈サイズ／S・M・L4,998

サテンミリタリーワンピース

No.11 6名様

ダブルのゴールドボタンがおしゃれなアントになったワンピース。ふんわりそでめのえりぐりも可愛く、着こなしやすいインです★〈サイズ／フリー〉¥4,998

リボンポケットカーディガン

No.16 8名様

ポケットにリボンがあしらわれた乙女心大満足のカーデ。深いピンクはおしゃれに着こなしやすい色。グレーやブラウンなどのカラーとの相性も◎。〈サイズ／S・M〉¥3,990

着たのはコレ！

スタッズバッグ

No.8 10名様

今年のトレンドのスタッズバッグ！小さくちりばめられたゴールドのスタッズは水玉模様みたいにガーリー♥ ファーボンボン付き！〈サイズH29.5×W39×D14cm〉¥4,998

ダメージスキニーデニム

No.7 8名様

ほんのりダメージ加工のおしゃれ度高いスキニーデニム。太もも部分もほどよく色落ちしていて、美脚・脚長効果もバッチリ！〈サイズ／XS・S・M・L〉¥6,993

ダブルリボンニット

No.6 12名様

フロントはUネック、バックはVネックになっているから、首やデコルテが女性らしくきれいに見えるニット。深いパープルで使いやすい★〈サイズ／S・M〉¥3,990

ツイードノーカラージャケット

No.5

大流行中のツイードジャケット。エレガントに着るのも、デニムでカジュアルダウンするのもおしゃれ！今年は絶対必須のアイテムです★〈サイズ／S・M〉¥6,993

19page. com

[...]スやリボンのあしらい[...]愛い女のコ度100%ワ[...]。切り替えデザインで[...]のふんわり感もおしゃ[...] ニットのカーデとあ[...]ても◎。〈サイズ／フ[...]〉¥4,998

フラワーワンピース

No.26 10名様

リアルファーが豪華なジップアップライダース。ファーの取り外しもできて、着こなしのバリエも広がりそう！ 女のコらしいボトムをあわせて。〈サイズ／S・M〉¥10,993

ウールライダースジャケット

No.25 5名様

チェックプリーツワンピース

女のコらしいチェックのAラインワンピ。細かいプリーツ効果で、ふんわりと可愛く見えちゃう♪ ゴールドとシルバーのスタッズもポイント。〈サイズ／フリー〉¥5,995

No.24 10名様

No.23 14名様

えりもとにネックレスのようにパールがあしらわれたボーダーニット。パールの華やかな感のおかげで、1枚で着てもサマになる♪ お仕事にもオススメ。〈サイズ／S・M〉¥3,990

ボーダー&パールニット

No.20 8名様

ファーフードブルゾン

ぬいぐるみみたいなもこもこ感が超キュート！ 男のコにも愛されちゃいそうなカジュアル可愛さです♥ フェミニンなスカートをあわせてみて。〈サイズ／S、M〉¥7,990

ノーカラーコート

No.27 5名様

おしゃれで大人気のノーカラーコートもプレゼント！ 着回しもおまかせのブラックで、毎日大活躍させちゃおう♪ 裏地の水玉も可愛いんです♥〈サイズ／S・M〉¥10,993

No.17 No.19 No.7

ミリタリーブルゾン¥8,998、¥レースワンピ¥6,993、ボアブーツ¥8,998／すべてアース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

冬らしい柄のニットワンピース。フードがついたカジュアル感も可愛い！ タイツにブーツで着ても、スキニーデニムをあわせてもおしゃれ！〈サイズ／フリー〉¥5,995

No.21 10名様

ジャカードフードニットワンピース

[...]の日のコーデが[...]くなれそうなカジ[...]ルなシャツワン[...] 1枚で着たり、ボ[...]を開けて重ね着し[...]、おしゃれバリエ[...]がる！〈サイズ／[...]ー〉¥4,494

チェックシャツワンピース

No.28 10名様

ツイードタックスカート

No.22 10名様

タックが入ったふんわりスカート！ ツイードも今年らしい★ ちょうどよいミニ丈が可愛くてデートにぴったり。女のコらしい雰囲気です♪〈サイズ／S・M〉¥4,494

No.29 6名様

ブークレチュニック

大人気の柔らかいアイボリー。そでのふんわり感も人気のポイント★ シンプルなニットだけど、小さなファーボンボンピンが可愛いアクセントに！〈サイズ／フリー〉¥4,998

着たのはコレ！

折り返して履いても、ロングで履いてもOKの2way。ボアのあったか可愛い感じが大満足です★〈サイズ／S=22～23、M=23～24、L=24～25cm ヒール7.5cm〉¥8,998

2way ボアブーツ

No.19 7名様

レースティアードワンピース

No.18 8名様

白のコットンレースが乙女★ 1年中着られるデザインで、着回しもきく大活躍のアイテム♪ 甘辛MIXで着るのが今年らしい！〈サイズ／フリー〉¥6,993

リアルファーで、ファーもライナーも取り外し可能な[illegible]ン。上品[illegible]でミリタ[illegible]でも女性[illegible]ちゃうの[illegible]ズS、M[illegible]

No.17 7名様

ファーミリタリーブルゾン

アース ミュージック&エコロジー／スウィーナから
250名様にプレゼント

着たのはコレ！

No.30
3名様

シフォン フリルブラウス

シフォンのふんわり感と胸もとのレースがエレガントなブラウス。1枚で着てももちろん可愛いし、お姉さんブランドならではの高級感も！〈サイズ／フリー〉¥8,998

No.31
3名様

サルエルパンツ

トレンドのサルエルパンツもプレゼント。ウエストのリボンもフェミニンなポイント。上質なサテンの光沢が素敵★ オフィススタイルにもぴったり！〈サイズ／S・M〉¥9,996

アースのお姉さんブランドがデビュー♥

スウィーナ by アース ミュージック

sweena by earth music

6名様にプレゼント♥

絶対見逃せないブランドがデビューしました★

No.30

No.31

a lot of presents for you

ロングカーデ¥13,996、フリル
ウス¥8,998、サルエルパン
9,996、パンプス¥15,991／
スウィーナ バイ アース ミュー
ク&エコロジー（アース ミュー
ク&エコロジー スーパープレミ
ストア 六本木ヒルズ店）

●商品に関するお問い合わせ
アース ミュージック&エコロジー新宿
03-3349-5676
●プレゼントに関するお問い合わせ
steady. 編集部　03-3239-0289

プレゼント応募方法

左下の応募券（コピーは不可）を貼ったハガキか封書に、ほしい商品の番号（サイズのあるものはサイズも）を第1～第3希望までと、住所、氏名、年齢、電話番号、職業を明記して下記までお送りください。〒102-8388 千代田区一番町25番地 宝島社steady.編集部「3周年プレゼント」係。締め切りは12/7（当日消印有効）。

※お送りいただいた個人情報は、こちらのプレゼントのために使用し、第三者に流出させることはありません。なお、雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号の他の懸賞に当選できない場合がございますので、ご了承ください。

応募券
steady.12月号
アース ミュージック
&エコロジー
プレゼント

19page.com

steady.3周年記念！ 付録至上初“つながる”3 連ポーチ完成

HbGの万能3連ポーチ作りました!

ポップなテキスタイルが「可愛い！」と読者からも大人気の HbG が、
雑誌付録として初登場！ しかも、すべて違う 3 パターンの柄が
プリントされた、お得な 3 つ子ポーチです♡

“みんな待ってた!
雑誌付録初登場のHbG☆”

ブルーニットワンピース¥9,345
／HbG 矢野未希子オリジナル
デザインネックレス(10K)¥15,7
0 ／ okimochi.jp（アイフリーク）

steady.12月号 ブランドアイテム特別付録

つなげても 単品ずつでも 使える

撮影／[人物]スマイル☺(ピースモンキー)、[静物]横田裕美子(ン) スタイリング／谷内 瞳 ヘア&メイク／大島清子(ロライマ)希子 撮影協力／EASE NY、バッググラウンドファクトリー
●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P.158にあります。

ご使用上の注意

ポーチのリングに付属のハート型リングを取り付けると、3個のポーチをつなげることができます。(※ハート型リングを爪で開くと、ケガをする恐れがありますのでご注意ください)

不良品のご対応について

万が一付録に不具合がありましたら、下記の付録事務局にお電話ください。良品と交換させていただきます。

steady.12月号付録事務局
0120-430-522
※受付は2009年12月14日まで(お電話での対応時間は土・日・祝日を除く10:00～17:00)

使い方はこちら！

みんなの使い方 教えて教えて！

メーカー勤務 安岡あゆみさん

ポーチ(小)は社内持ち歩き小銭入れに
ネックストラップにポーチ(小)を通せば、社内持ち歩き用のコインケースとして使えそう！

メーカー勤務 宇野泰子さん

ポーチ(小)はSuica入れに最適！
手持ちのボールチェーンに通してバッグに付ければ、通勤時のSuica入れに便利。

こんなに使える！3連ポーチの オススメ使い方NAVI

編集部オススメの使い方はこちら。ほかにも、たとえばポーチ(大)をペンケースに

使い方4 もちろん、3個つなげても使えちゃう

付属のハート型リングに通せば、3連ポーチに大変身。コスメを種類ごとに大中小ポーチに分ければ、バニティ代わりにも。

使い方3 ポーチ(小)はカードケースにぴったり

縦8.5cm×横12cmのポーチは、かさばるカード類入れにオススメ。ピンやアメ、お薬など細々したものの整理にも重宝。

使い方2 ポーチ(中)はデジ小物入れに！

縦11.5cm×横16cmの中サイズポーチは、デジカメやiPod入れにも最適。デジ小物が多い、イマドキOLにはぴったり。

使い方1 ポーチ(大)はコスメ入れとして♪

縦14cm×横21cmという使えるビッグサイズだから、リキッドファンデなどの大きめコスメもガンガン入っちゃう！

19page. com

大好きHbGと、いつでも一緒♡

EVERY DAY ♥ HbG!

**カラフルなカラーリングがチャーミングなHbG☆
お部屋の中でも可愛くすごせるルームウエアや、カジュアルな
お出かけグッズなど、毎日を楽しく彩ってくれるアイテムが満載！**

撮影／[人物]スマイル☺(ピースモンキー)、[静物]横田裕美子(スタジオバンバン)
スタイリング／谷内 瞳 ヘア&メイク／大島清子(ロライマ) モデル／矢野未希子
撮影協力／EASE NY、バッググラウンドファクトリー、プロップスナウ
●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P.158にあります。

at Home

いたずらっこな休日は、
着心地のいいルームウエアで♡

ピンクパイル星柄パーカ¥14,490、ピンクパイル星柄ショートパンツ¥7,875、ゴールドくま×ハートネックレス¥2,625／すべてHbG シュシュ／スタイリスト私物

買いすぎ注意☆
どれも可愛いカラフルバッグ

Shopping

[モデル着用分] ボーダーニットワンピース¥10,290、ボアウエッジブーツ¥14,490、コットンキャンディボストンバッグ¥18,690、[カート内バッグ] 1.HbG × Kiki&Lalaジュリエットバッグ¥18,690、2. ボストンショルダーバッグ ¥18,690、3.HbG×Kiki&Lalaチェーンバッグ¥16,590、4. ビッグキャメロントートバッグ¥6,090／すべてHbG

Information

New Open
11/14 台場店(ヴィーナスフォート 2F) OPEN。¥5,000 以上のお買い上げでノベルティを。☎03-3599-0700 (代表)

Limited Shop
11/11 ～ 11/24の期間限定で、柏タカシマヤに限定ショップが OPEN！ ☎04-7144-1111 (代表)

Shop List
新宿店(ルミネエスト B1F) ☎03-6457-4550、渋谷店(マルイジャム 2F) ☎03-4521-0186、名古屋店(ジェイアール名古屋タカシマヤ 4F) ☎052-566-8219

Limited Item
クリスマスに向けて、アクセサリー付きCameron doll、ママと子供のおそろいTシャツを販売します。

お問い合わせ先

HbG (ハイウェイブ)
☎ 03-5467-2995
http://www.hbg-wave.com
http://mobile.hbg-wave.com

ホームページはこちら
メルマガ登録はこちら

お部屋アイテム

おうち時間を楽しくしてくれる、
可愛いアイテムが勢ぞろい♡
ちょっとした外出時だって、
ルームウエアのままで
十分おしゃれ♪

このままお買い物にも行けちゃう、おしゃれなワンピ。ベアワンピース¥12,390／HbG

あったかニット素材だから、冬でも大活躍間違いなし！ ショートパンツ¥7,245／HbG

アイマスクとポーチのセット。HbG×Kiki&Lalaアイマスク付きポーチ¥8,190／HbG

お出かけアイテム

休日のお出かけ服は、やっぱり
トレンド感のあるものが絶対！
着るだけでおしゃれに見せてくれる、
HbGのワードローブは必見。

今年のトレンドアウターといえばこのコ！フェイクレザージャケット¥17,640／HbG

なんと同じ柄のマフラー付き！カウチンニットカーディガン¥13,440／HbG

キュートなドット柄チェーンバッグな人仕様。キルティ
バッグ¥10,290／

19pages.com

© 1976,2009 SANRIO CO.,LTD.
APPROVAL NO.S502489

19page.com

王道のノーカラーコートはボリュームファーで脱マンネリ！

安岡あゆみさん（メーカー勤務・21歳）

コートが同じだと、毎日似た印象になりがち！

みんなの冬のお悩み第1位

そんなアナタの
コートのマンネリ
解決します！

P.34へGO!

「steady.読者の抱える、コーデのお悩み第1位は、**実はマンネリ感**だった！」
という予想外のアンケート結果から生まれた
steady.6月号の『さよなら！マンネリ服』特集。
なんとこの企画、

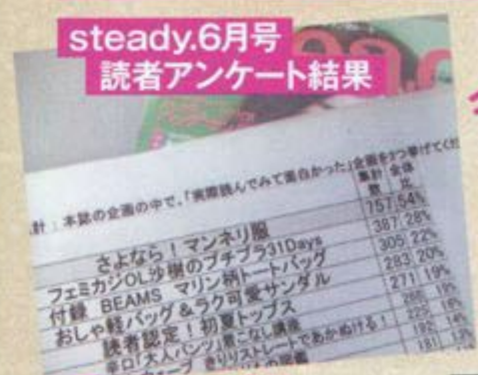
目からウロコ！すごく参考になった

埈 智子さん（IT関連会社勤務・26歳）

冬服バージョンでも特集してほしい！

古月里奈さん（商社勤務・23歳）

などなど、読者の反響が**ものすごかった**んです！



もちろん、読者人気もダントツの**1位！**

そ・こ・で!! 読者1000人に「冬コーデのマンネリ」について、新たに緊急調査を開始！

ネットで調査

そして集まった冬のマンネリお悩みを

スタイリストひとみん自ら、読者取材も決行！

スタイリストひとみん

ひとみんこと谷内 瞳さん

が、**可愛いコーデ**と**テクニック**でマルッと**解決**しちゃいます！

ボリューミィなファーをプラスすれば、着なれたノーカラーコートも印象チェンジ！ グレーノーカラーコート¥39,900／アルアバイル、黒レザーバッグ¥46,200／ハイブ（ともにアルアバイル）花柄スカート¥3,990／プーラフリーム　ブラウンファーティペット¥39,900／BLEUET（アナトリエ神南店）黒バックリボン付きブーツ¥33,600／ルージュルー（メゾン ルージュ）

徹底解決します！
服 脱出計画！

コートやダークカラーを筆頭に、冬のワードローブはどうしてもマンネリになりがち。でも着こなしをひと工夫すれば、いつものコーデもぐっとアカ抜けるんです。読者のみんなが悩んでいたマンネリコーデを参考に、冬コーデが見違えるおしゃれプランを、今からしっかりマスター☆ これで冬のおしゃれがもっと楽しみになる!!

子（ロライマ）　モデル／梅澤レナ、菅原沙樹、長崎莉奈、矢野未希子　読者取材・文／藤田麻子　撮影協力／EASE NY、バックグラウンドファクトリー、アーカンジェル代官山、CIBONE JIYUGAOKA

掲載商品のお問い合わせ先はP.158にあります

倉形まなみさん（医療関連勤務・27歳）

ツインニットがおしゃれに着られない!

みんなのニットのお悩みも解決!

定番ニットもコーデ次第でアカ抜け!

P.38へGO!

池田 舞さん（メーカー勤務・28歳）

いつも無難な黒の服ばかり着ちゃう!

みんなのマンネリカラー第1位

無難な黒でもおしゃれに昇華!

P.42へGO!

"旬顔ジャケットを重ねて定番ニットもおしゃれにメリハリ!"

ライダースジャケットが一枚あれば、定番ボーダーも今年らしい表情にシフト。ライダースジャケット¥7,245／ヘザー（ポイント）ボーダーニット（カーディガンとセット）¥12,600／組曲（オンワード樫山）チュールスカート¥5,544／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）チェーンネックレス¥2,625／レ・シィーニュ・エチカ 表参道店 ミニボストンバッグ¥40,950／ヴィア レパブリカ（メゾン ルージュ）チャコールタイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）ブーツ¥29,400／マニュ（ジャコモ・リュクス）

"差し色小物を投入すればブラックコーデも一気に華やかに"

暗くなりがちな黒コーデは、明るめ小物をプラスするのが正解。黒ロングテーラードジャケット¥40,950／ゼチア（シャンデリエ代官山）オフホワイトリボンブラウス¥9,975／ストロベリーフィールズ（シュガー・マリックス）ファースカート¥14,49… バビロン 花柄ストール¥5,880／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）フラワーネックレス¥14,700／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）イエローボストンバッグ¥11,550／組曲（オンワード樫山）黒タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミ… 北千住店）グレーパンプス¥17,3… カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

読者1000人アンケートでわかった、冬コーデのマンネリに答えます!

みんなの冬コーデのお悩みを

冬のマンネリ

撮影・［人物］スマイル☺（ピースモンキー）、［静物］横田裕美子、［読者スナップ分］吉岡真理（ともにスタジオバンバン）、松本有隆、［読者私物］森崎一寿美（PPI） スタイリング／谷内 瞳 ヘア＆メイク／［菅原さん、長崎さん分］川添カユミ（ヌーデ）、［梅澤さん、矢野さん分］

9page.com

スタイリスト ひとみん がガサ入れ調査!

スタイリスト ひとみんの テコ入れコーデはこちら!

➡着なれたコートは、ベルトでウエストマークすることで、一歩リード。色味のあるスカートをチラ見せするのも効果的。

ワンピにワンピを重ねるワザもマスターして。これも食わず嫌いなものもらくらくクリア!

コートを太ベルトでマークする

ワンピにワンピを重ねる

カットソーを太ベルトでマークする

⬆シンプルなカットソーは、ベルトをプラスすることで、一気に今年顔に。着やせもできて一石二鳥☆

ひとみん's アドバイス

小物使いや思いきった重ね着で脱マンネリ!

佐々木さんの 定番コーデはこちら!

佐々木清香さん
(メーカー勤務・26歳)

「1.長めのニットはバランスが取りやすいショートパンツにいつもあわせがち。お気に入りコーデだけど地味に見える気が。2.女のコっぽいスカートは、シンプルなカットソーにあわせるしか芸がなくて。3.ワンピも一枚で着るほかに着回し方がわからなくて、マンネリになりがち。」

佐々木さんのお悩み

重ね着が苦手でシンプルなコーデしかできない!

1.

2.

3.

冬コーデに悩む 佐々木さんのクローゼットの中身

ツイードのコート

小花柄ワンピース

ベージュのカーディガン

ブラウンのカットソー

黒のショーパン

パイピング入りVネックニット

オレンジプリーツスカート

ジャンパースカート

太めのゴムベルト

お気に入りのヘビロテ服はこの7着

着方がわからない食わず嫌い服はこの2着

まずは コーデの組み合わせがいつも一緒になる、佐々木さん&上村さんのクローゼットをガサ入れ!

スタイリスト ひとみんの テコ入れコーデはこちら!

➡トレンチコートは中のあわせや首まわりのアレンジがおしゃれの鍵。ショーパンも大人っぽくカバーしてくれるはず!

派手に見えがちなワンピ タートルのレイヤードベルトでメリハリをつけばデイリーに。

ティペットでコートが見違え

Aラインワンピはタートル&ベルトでメリハリ

サロペットはカーデを羽織れば上品に

➡ボーイッシュになりがちなサロペットも、女のコらしいカーディガンをさらっと羽織れば安心!

ひとみん's アドバイス

アイテムを2つではなく3つ以上使ってみて!

上村さんの 定番コーデはこちら!

上村菜津子さん
(金融関連会社・23歳)

「1.カーディガンにはお決まりのミニスカを合わせるのが定番。可愛いけど、人とかぶりがちなコーデに。2.トレンチコートは、中にあわせるものに自信がなくて、前を閉めて着ちゃうんです。3.デニムショーパンは、シンプルなトップスをあわせる以外、思い浮かばなくて。」

上村さんのお悩み

組み合わせが単純で子供っぽくも見えちゃう

1.

2.

3.

冬コーデに悩む 上村さんのクローゼットの中身

茶色のタートルトップス

ベージュのカーディガン

デニムのショーパン

リボン付きティペット

プリントワンピース

黒のサロペット

スタッズ付きベルト

お気に入りのヘビロテ服はこの5着

着方がわからない食わず嫌い服はこの4着

冬のマンネリ服に悩む 読者4人のクローゼットの中身を

19page.com

お気に入りのお洋服もいつも着こなしが一緒……。そんなみんなの手持ち服をスタイリストひとみんがチェック！ 定番コーデにテコ入れしてくれました

スタイリストひとみんの テコ入れコーデはこちら!

➡ショーパンもジャケットと鮮やかなストールにあわせれば、大人っぽさも華やかさもいいとこ取り！

花柄ストールON!

⬇定番モノトーンのコーデも、チェックのブラウスをジャケット代わりにあわせてポップにイメチェン☆

チェック柄ブラウスON!

ひとみん'sアドバイス

ダークな色には必ず明るい色をプラスして！

花柄ストールON!

太ベルトON!

➡シンプルなブラックワンピは、ストールやベルトで、今年らしいアレンジを。

峠さんの 定番コーデはこちら!

峠 智子さん
(IT関連会社勤務・26歳)

峠さんののお悩み

黒のアイテムが多くて地味に見えがちなんです

「1.ショートパンツをもう少し華やかで大人っぽく着るのが理想なのですが……。2.着回し力も高いはずのモノトーンのカットソーとスカートも、いつも同じ組み合わせになりがち。3.黒のニットワンピは、いつも一枚で着てしまって、地味に見えがちなんです。」

地味色に悩む

峠さんのクローゼットの中身

お気に入りのヘビロテ服は この6着

着方がわからない食わず嫌い服は この3着

お次は 冬服が地味色ばかりになる、峠さん&古月さんのクローゼットをガサ入れ!

スタイリストひとみんの テコ入れコーデはこちら!

➡定番コーデもファーのベストを主役にすれば、重ねるだけでも断然おしゃれにチェンジ！

キレイ色スカートON!

ファーベストON!

ひとみん'sアドバイス

ちょっぴり上級な重ね着をマスターして！

ファーティペットON!

➡ノーカラージャケットはティペットでボリュームをつけることで一気に冬仕様。

⬅いつものジャケット×パンツコーデもスカートをペア代わりに！ デニムもロールアップで今年顔。

古月さんの 定番コーデはこちら!

古月里奈さん
(商社勤務・23歳)

古月さんののお悩み

大好きなガーリーコーデも組み合わせに変化がない！

「1.ショートパンツをタートルにあわせると、地味に見えてしょうがないんです。2.ツイードのジャケットには、バランスのいいスキニーパンツしかあわせワザが見つからなくて。3.冬にワンピを着るときは、いつもタートルをあわせてしまって、今年もマンネリになりそうな予感。」

地味色に悩む

古月さんのクローゼットの中身

お気に入りのヘビロテ服は この5着

着方がわからない食わず嫌い服は この3着

次ページからは、さらに詳しい着こなしテクが満載!

らない…コートのマンネリを解決!

も劇的チェンジ!

私たちも悩んでます!

お気に入りにコートは毎日でも着たいけど、同じ印象に見えるのがイヤで……。

安岡あゆみさん
(メーカー勤務・21歳)

インナーを変えても、結局コートを羽織ると、同じようなコーデになっちゃう。

平川ちひろさん
(メーカー勤務・26歳)

着回し極意

ベルトのしばり方で形を変える!

付属のベルトも、いつも同じじゃつまらないから、思いきってしばり方をチェンジ。

着回し ver.2

付属のベルトを前でしばる

ファーとウエストリボンでトレンチも可愛さアップ!

ベルトを前でリボンっぽく結べば、キュートなスタイルに。中に着たニット参考商品／セブンアイディーコンセプト(フランドル) ティアードスカート¥4,998／ライフ ドルチェ ラボ (ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座) バッグ¥42,000／ルージュルー(メゾン ルージュ) ブーツ¥10,500／ル スーク (フランドル)

このコートを着回し!

取り外し可能なベージュファーとベルト付き。トレンチコート¥12,600／ロペピクニック

ファー付きトレンチコート

Cute ⇔ Cool

より可愛く! / よりスマートに!

ファーをOFF!

着回し ver.1

付属のベルトを後ろでしばる

インに着たアイテムを見せればクールな雰囲気に

ファーを外せば、クールなスタイリングにも対応。ストライプシャツワンピース¥16,800／アルアバイル デニムパンツ¥12,600／クィーンズ ロー(ボブソン) ゴムベルト¥4,725／ジルバイ ジルスチュアート バッグ¥5,700／ロペピクニック スエードパンプス¥7,875／プライヴ リラクシング (ビバ・サーカス プライヴ リラクシング)

19page.com

ひとみん's アドバイス

ひと工夫でトレンチのマンネリ脱出

人気のトレンチは、ベルトのしばり方で印象を変えるワザをマスター。中に着るアイテム次第でクールな雰囲気にも。

前でしばる

後ろでしばる

読者もCHANGE!

ベルトのしばり方で「印象変え」に挑戦!

野中優子さん
(保険会社勤務・27歳)

同じ印象に見えがちなトレンチコートは、前を開け閉めすることで印象変え! 中にあわせるアイテムはプリントものをセレクトすれば、黒のコートも華やかさがアップ。

みんなの所有率第1位の

トレンチコートはコート自体の形を変えれば見違える!

応用しにくいと思いがちなトレンチは、シルエットチェンジが効果的!

Part 1 毎日同じコートだから、見た目の印象が変わ

週に何度もお披露目したいコートだから、一枚のコートをおしゃれに着回すのが鉄則。スタンダードなコートも、見せるシルエットを工夫すれば、見た目の

着回し ver.2

そで上げ&グローブでクラシカルに

知的おしゃれなグローブでレディな着こなしに格上げ

そでを上げて長めのレザーグローブを重ねれば女優風に。チェックワンピース¥5,995／アース ミュージック＆エコロジー（アース ミュージック＆エコロジー新宿）レザーロンググローブ¥10,500／ルージュルー（メゾン ルージュ）パール二連ネックレス¥4,200／エニィ スィス ブラン（オンワード樫山）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）レザーバッグ¥9,345／サック

着回し極意

プラスアイテムで形を変える！

冬らしい小物を上手にプラスすれば、いつものトレンチコーデも応用が効く！

ここにON!

このコートを着回し！

人気の高いスタンダードなベージュ。トレンチコート¥29,400／組曲（オンワード樫山）

ベージュトレンチコート

着回し ver.

太ベルトでマークして80's風

トレンドの80'sを取り入れたウエストマークが新鮮！

ここにON!

付属のベルトから手持
太ベルトにチェンジす
ば、おしゃれ度もアッ
タートルニット¥2,900
ジ　ゼブラ柄ストール
982／アフターオール
ンデックス）ゴムベルト
940／レプシィムロー
ズファーム（ポイント）
ェーンバッグ¥7,245／
ク　ブーツ¥29,190／
アナ（ダイアナ 銀座本

Cute ↔ Cool

より可愛く！　よりスマートに！

ひとみん's アドバイス

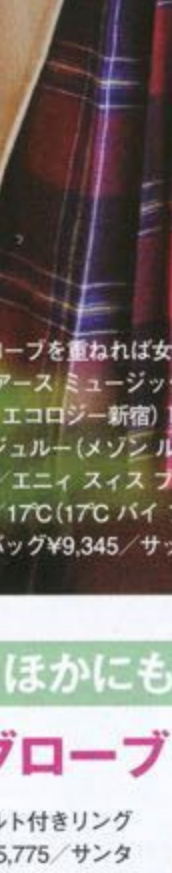
冬小物をおしゃれに活用して☆

柄ストールやレザーグローブなど、冬らしい旬小物をプラスすれば、王道トレンチも今年らしい表情に早変わり！

ほかにもある！トレンチに加える格上げ小物

グローブ

←マスタードベルト付きリングニットグローブ¥5,775／サンタカーナ（ルビーリベット 有楽町）



→レザーグローブ¥8,925／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

↑スエードリボン付きショートグローブ¥4,725／ロペピクニック

太ベルト

←ブラウンレザーサッシュベルト¥8,400／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）

→黒リボンビジュー付きゴムベルト¥4,725／ミニマム ミニマム（ミニマム）

←黒レザーメッシュゴムベルト¥2,982／アフターオール（インデックス）

グローブをプラス

太ベルトをプラス

読者もCHANGE!

プラスアイテムで「印象変え」に挑戦

麻生裕子さん
（PR会社勤務・29歳）

フリーズ ショップのトレンチ
のこらしいシルエットでレディ
物とも相性抜群。前を開けて着
きは、裏地のピンクがチラリと
るのも可愛いんです。

ート は プラスアイテムで 印象チェンジ!

したい。今年らしい冬小物を加えれば、おしゃれパーフェクト！

着回し ver.2

ノーカラーAラインコート×でかブローチ

ここに ON!

今年ライクなブローチでレディなエッセンスを

りのブローチをアクセ代わり
ン。スパンコールカットソー
75／ストロベリーフィール
シュガー・マトリックス）黒シ
トパンツ¥3,990／ブーラフ
ム ベージュリボン×ビジュ
ローチ¥1,995／ロンド エ
ド（ジオン商事）ゴールドバ
¥36,225／アナザー・アング
トゥモローランド）パンプス
00／ロペピクニック メッ
タイツ／スタイリスト私物

着回し極意

小物をプラスする！

パッと目を引く小物をプラスすれば、冬素材のコートも立体感が出て脱マンネリ。

このコートを着回し!

ノーカラーAラインコート

今年らしさも満点なツイード素材。ノーカラーツイードコート¥24,150／メルローズ

着回し ver.1

ノーカラーAラインコート×ファーの付けえり

ここに ON!

甘ロファーをプラスすればたちまち愛されコーデに♥

いろいろなコートに応用できるファーの付けえりは、ちょっぴり甘口に仕上げたいときに。リボン付きファーティペット¥6,195／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング品川店）デニムパンツ¥16,800／バナーバレット（ブティック トレイズ）レザーバッグ¥28,350／サザビー ベルト付きブーツ¥33,600／オゥ バニスター（アバハウスインターナショナル）

着回し ver.3

ノーカラーAラインコート×ロングネックレス

ここに ON!

視線をキャッチする、

ノーカラーコートもパールでほんのりドレスアップ。ティアードスカート¥13,650／レッセ・パッセ パールネックレス¥7,875／ストロベリーフィールズ（シュガー・マトリックス）エナメルリボンクラッチバッグ¥13,950／アナイ タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

19page.com

ほかにもある！ コートを彩る

ロングネックレス

←白パール二連ネックレス¥10,500／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム 池袋西武本店）

➡冬コーデに似合う黒ビーズロングネックレス¥5,460／アルアバイル

ブローチ

←シルバービジューリボンブローチ¥12,600／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）

➡ビーズ×ビジュー丸ブローチ¥7,245／ラダ（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

付けえり

付けえり¥16,800／リア クレモン（アナトリエ 神南店）

←グレーファー切り替え付けえり¥19,950／ジネス（ジネス ルミネ立川店）

みんなの所有率 第2位 の

Aラインコ

一人一着がお決まりのAラインコートこそ、みんなと差のつくコーデでデビ

着回し ver.3

えり付きAラインコート×花柄ストール

華やぎ花柄ストールなら好感度もとびきり上昇！

巻くだけ

ひとみん's アドバイス

花柄ストールは一枚あるだけで華やかに。えりの下に重ねるのもおしゃれワザ。

着回し極意

巻き物をプラスする！

簡単に表情チェンジができちゃう巻き物は、上品系から可愛い系までそろえたい！

このコートを着回し！

えり付きAラインコート

上品フェミニンなピンクベージュ。Aラインコート（ブローチ付き）¥37,800／デビュー・ド・フィオレ バイ レッセ・パッセ

シフォンフリルブラウス¥16,800／ベイトン プレイス（ファイブフォックス）チュールスカート¥7,245／ジョイアス　花柄ストール¥13,650／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）レザーバッグ¥35,700／サザビー　ベルト付きブーツ¥29,400／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

着回し ver.1

えり付きAラインコート×ショール

かけるだけ

ひとみん's アドバイス

ドレッシーになりがちなファーは、コートと同系色の淡い色を選ぶことで女のコらしく。

ふんわりファーのショールは同系色でさらに上品！

オフホワイトファーショール¥16,800／ルージュルー（メゾン ルージュ）ネイビータイツ¥2,730／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）レザーティアードリボンバッグ¥14, 700／コンテッサ（ルビーリベット 有楽町）リボンパンプス¥14,490／ダイアナ ウェル フィット（ダイアナ 銀座本店）

着回し ver.2

えり付きAラインコート×マフラー

垂らすだけ

ひとみん's アドバイス

フリルなどのデザインマフラーは、さらりと垂らすだけでおしゃれ度が確実アップ！

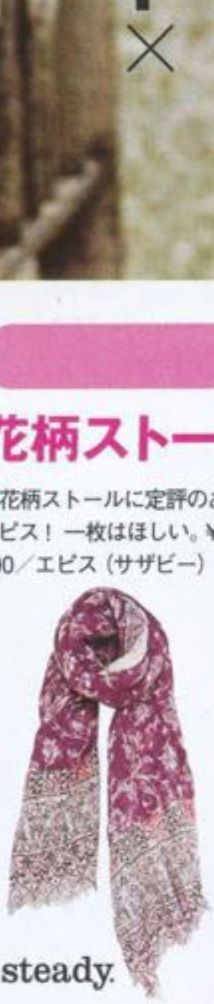
あえて垂らすマフラーがおしゃれでこなれた表情に

ネイビータートルカットソー¥2,940／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）デニムパンツ¥7,245／ジーナシス（ポイント）フリルマフラー¥13, 650／リア クレモン（シャンデリエ渋谷）ハートネックレス¥1,900／ザジ　ゴールドボストンバッグ¥12,600／Rudy（ブティック トレイス）リボンパンプス¥13,440／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

ほかにもある！ コートが華やぐレディな巻き物

花柄ストール

⬇花柄ストールに定評のあるエピス！ 一枚はほしい。¥21,000／エピス（サザビー）

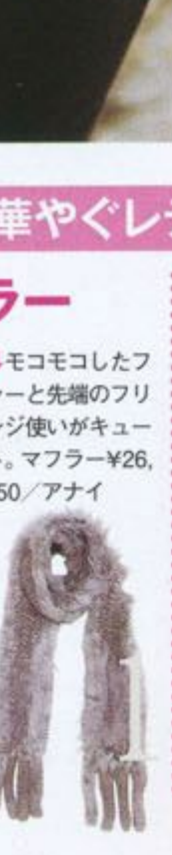


⬆ロマンティックなバラプリントのストール¥4,095／ロンド エ ロンド（ジオン商事）

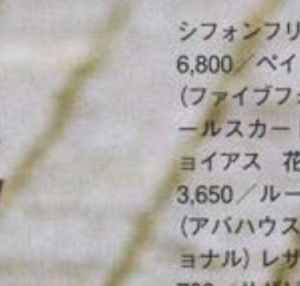
マフラー

⬇モコモコしたファーと先端のフリンジ使いがキュート。マフラー¥26,250／アナイ

⬆マフラー（ファーブローチ付き）¥3,990／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

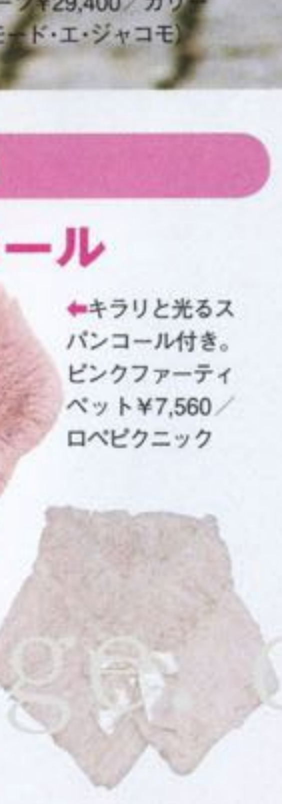


ショール



⬅キラリと光るスパンコール付き。ピンクファーティペット¥7,560／ロペピクニック

➡リボン付きベージュファーティペット¥18,900／ロンド エ ロンド（ジオン商事）



ンネリ冬コーデにメス入れ！

しゃれを学べば、マンネリから即脱出できます！

＼私たちも悩んでます！／

大好きなツインニットは、いつも落ち着くスカートにあわせちゃう。

倉形まなみさん
（医療関連勤務・27歳）

ブーツをはくときは、どうしてもデニムコーデに頼りがちで……。

宇野泰子さん
（メーカー勤務・28歳）

やりがち！

読者の定番
やりがちコーデ

「ツインニットにはひざ丈スカートばかりあわせちゃう！」

小林加奈さん（銀行勤務）ほか、121名からのやりがち報告

＼ついついやりがち／
ニットコーデのマンネリにメス！

着回しを考えたシンプルなニットは、一歩リードした着こなしをレッスン！

このツインを着回し！

ツインニット

タートルとフレアスリーブショートカーデのツインニット¥16,800／イネド（フランドル）

着回し ver.1 ツインニットを別々に着る

やりがち解決コーデ案

ツインのカーデのみ×花柄ワンピ

ひとみん's アドバイス

ツインニットもカーデを単品使いすれば、着こなしも無限大に。花柄ワンピで可愛くメリハリ♥

ショート丈のコンパクトなカーデなら、ワンピともバランス良し。花柄ワンピース¥5,775／ギャミスリィ チェーンネックレス¥5,460／ディグレース（ビー・エックス）黒レザーバッグ¥35,700／アナイ　黒タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）スエードパンプス¥14,175／ハーズ（ビバ・サーカス）

着回し ver.2 ボトムを変える

やりがち解決コーデ案

ツインニット×ショーパン

ひとみん's アドバイス

ボトムを思いきってショーパンにすれば、上品なツインニットもヘルシーな着こなしに☆

ブーツに頼って思いきって脚を出すのも脱マンネリに。デニムショートパンツ¥14, 700／バナーバレット（ブティック トレイズ）パールニ連ネックレス¥12,600／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）バッグ¥34,650／ディモーニ（ルビーリベット 有楽町）ベルト付きブーツ¥44,100／アナイ

着回し ver.3 ツインニットを別々に着る

やりがち解決コーデ案

ツインのタートルのみ×ライダース

ひとみん's アドバイス

ありがちなカーディガンの代わりにライダースを選べば、クールなおしゃれ上級者にシフトできます！

ライダースもブラウンならハードになりすぎない。レザーノーカラージャケット¥39,900／組曲（オンワード樫山）チェックスカート¥5,145／ローリーズファーム（ポイント）三連ネックレス¥2,625／レ・シィーニュ・エチカ 表参道店　ボストンバッグ¥4,095／ハッピー＆サック（サック）黒タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）エナメルパンプス¥9,975／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

19page. com

Part 2 ついついやりがち… みんなのマ

ニットやブーツなど、冬にかかせないアイテムを取り入れた着こなしは、ついついマンネリになりがち。新しいアイテムを買い足すだけじゃない、ワザあり

やりがち!

読者の定番 やりがちコーデ

「タートル×ワンピが私の鉄板コーデです」

佐藤純子さん（メーカー勤務）ほか、51名からのやりがち報告

着回し ver.1 アイテムを加える

やりがち解決コーデ案

タートル×ワンピ×ノーカラージャケット

コンパクトなジャケットプラスで今よりもっと女のコらしく♥

黒ボーダーワンピース¥18,900／ルージュ・ヴィフ ラクレ（アババウスインターナショナル）リボン付きノーカラーショートコート¥19,950／アナトリエ（アナトリエ 神南店）ネックレス¥12,600／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム池袋西武本店）バッグ¥6,195／ジェネリーク（パサージュミニョン）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）エナメルリボンパンプス¥13,440／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

ひとみん's アドバイス

ノーカラーの七分そでジャケットを重ねれば、タートルのレイヤードもいつもと違った印象に!

着回し ver.2 ボトムを変える

やりがち解決コーデ案

タートル×ショーパン

アクティブなショーパンならタートルも即マンネリ脱出!

ショートパンツ¥5,985／エスピービー（インデックス）花柄ストール¥19,950／エビス（ルージュ・ヴィフ ラクレ代官山店）パール×ストーンネックレス¥11,550／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム 池袋西武本店）バッグ¥29,400／ルージュルー（メゾン ルージュ）タイツ¥2,730／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）ブーツ¥13,440／デアディア（デア ディア 渋谷店）

ひとみん's アドバイス

地味に見えがちなタートルこそ、元気なショーパンで軽やかな雰囲気に。小物はいつもの女のコらしさ忘れずに

このタートルを着回し!

タートルニット

縦ラインのリブで着やせも期待できるニット¥2,982／アフターオール（インデックス）

19page.com

やりがち!

読者の定番 やりがちコーデ

「ロングニットにはミニスカ以外のあわせ方がわからない!」

小松未来さん（医療関連勤務）ほか、20名からのやりがち報告

着回し ver.2 ボトムを変える

やりがち解決コーデ案

ロングニット×スキニーデニム

細身のスキニーデニムならスタイルアップも狙える!

ひとみん's アドバイス

お尻まわりを隠したいスリムなパンツは、ロングニットともバランスがよく、爽やかな印象になれますよ。

デニムパンツ¥6,993／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）ペイズリーストール¥6,090／ディグレース（ビー・エックス）ネックレス¥2,940／レ・シィーニュ・エチカ 表参道店 ボストンバッグ¥12,600／ディグレース（ビー・エックス）エナメルパンプス¥9,975／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

このロングニットを着回し!

ロングニット

鮮やかなマスタードイエローが冬コーデにジャスト。ロングニット¥4,935／エニィ スィス ブラン（オンワード樫山）

着回し ver.1 アイテムを加える

やりがち解決コーデ案

ロングニット×ミニスカ×きれいめ

上品コートでカバーすれば定番コーデも大人可愛く♥

ツイードノーカラーコート¥29,400／デビュー・ド・フィオレ バイ レッセ・パッセ ツイードスカート¥10,290／ジョイアス ネックレス¥1,900／アンラシーネ ゴムベルト¥5,040／エフデ（フランドル）バッグ¥27,300／インターステイブル（アババウスインターナショナル）黒タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）パンプス¥16,800／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

ひとみん's アドバイス

きちんとシルエットのコートを羽織れば、カジュアルなロングニットが上品に大人可愛く生まれ変わるよ。

19page.com

＼ついついやりがち／
足もとコーデのマンネリにメス!

大活躍のブーツだけど、ついデニムにあわせがち。
今年顔のブーツは幅を効かせてはきたい！

読者の定番 やりがちコーデ

「冬の足もとは、もっぱらブーツにデニムインするコーデになりがち!」

鈴木 幸さん（公務員）ほか、75名からのやりがち報告

みんなの3大インブーツはコレ!

大人シックな乗馬ブーツでマキシワンピも冬仕様に

➡マキシ丈ワンピース¥19,950／アルアバイル ファーノーカラーコート¥35,700／ボールジィ（トゥモローランド）ゴムベルト¥2,900／イーエー ピー パールリボンネックレス¥12,600／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）バッグ¥14,175／アンタイトル

撮影したのはココ!

アーカンジェル代官山

二人らしいウエディングを叶えてくれる旧山手通りの大教会。鮮やかな花と緑が彩るガーデンテラス、神聖な雰囲気のチャペル、光が差し込むパーティ会場。誰にも邪魔されない時間と空間を完全貸切に。

【お問い合わせ先】
㊟東京都目黒区青葉台1-4-6
（代官山駅から徒歩5分）
☎03-5728-1677
http://daikanyama.tgn.co.jp/

3大インブーツ
乗馬ブーツをデニムイン以外ではき回し!

これをはき回し!

乗馬ブーツ
クラシックな乗馬ブーツは、どんな着こなしもリッチに。乗馬ブーツ¥7,900／アンラシーネ

はき回し ver.1
やりがち解決コーデ案
乗馬ブーツ×マキシ丈ワンピ

ひとみん's アドバイス
夏から大人気のマキシ丈ワンピも、乗馬ブーツをリンクすれば、大人っぽさも加わって新鮮に着られます。

3大インブーツ
ムートンブーツをデニムイン以外ではき回し!

これをはき回し!

ムートンブーツ
今年も人気沸騰の予感！ リボン付きムートンブーツ¥13,650／フォッジア（ブティック トレイズ）

ーコート¥39,900／バナーット（ブティック トレイ中に着たニット¥12,600、アードスカート¥22,050／にアナトリエ（アナトリエ店）バッグ¥5,145／ジェーク（バサージュ ミニョタイツ¥1,050／17℃（17℃ ブロンドール ルミネ北千）

ーダーニット¥3,／アース ミューク＆エコロジーース ミュージックコロジー新宿）ラースジャケット¥5／アパートバイリーズ（ポイント）ロット¥13,650／ージュ・ヴィフ（アウスインターナシル）ネックレス¥10／アンテプリマンテプリマ 新宿高店）バッグ¥5,145ンレリッシュ タ¥1,050／17℃（1バイ ブロンドールミネ北千住店）

はき回し ver.2
やりがち解決コーデ案
ムートンブーツ×キュロット

ひとみん's アドバイス
スカートよりもカジュアルなキュロットなら、ムートンブーツと好相性。トップスはコンパクトにまとめるのが鍵。

はき回し ver.3
やりがち解決コーデ案
乗馬ブーツ×ハーパン

ひとみん's アドバイス
ハーパンをあわせれば、プレッピーな雰囲気に。きれい色のトップスをあわせて上品カジュアルを目指して。

⬅ハーフパンツ¥15,750／ペン＆ハンド（アナトリエ神南店）Vネックニット¥8,400／ディモルフォセカ バイ カリテ（アバハウスインターナショナル）花柄ストール¥2,940／ロペピクニック ネックレス¥12,600／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）レザーバッグ¥6,825／ミッシュ マッシュ

➡フレアスカート¥3,990／ロペピクニック ひょう柄カーディガン¥9,996／スウィーナ by アースミュージック（アースミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア六本木ヒルズ店）ネックレス¥2,982／アフターオール（インデックス）レザーバッグ¥31,290／ステファン（アルアバイル）

はき回し ver.2
やりがち解決コーデ案
乗馬ブーツ×ひざ丈スカート

ひとみん's アドバイス
正統派な乗馬ブーツをひざ丈スカートにあわせれば、誰からも好感度の高いお嬢さまスタイルがかないます。

3大インブーツ

フリンジブーツをデニムイン以外ではき回し!

これをはき回し!

フリンジブーツ

ヒールがあるタイプならデニム以外にもあわせやすい。スエードフリンジショートブーツ¥10,290／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

"フェミカジなニットワンピでフリンジブーツも大人顔"

はき回し ver.1

やりがち解決コーデ案

フリンジブーツ×ニットワンピ

ひとみん's アドバイス

今年人気のヒール付きフリンジブーツなら、より大人っぽくはけるので、ニットワンピとも好相性♥

19page.com

ニットワンピース¥13,650／ジル バイ ジルスチュアート　ファーティペット¥4,725／ミッシュ マッシュ　レザークラッチバッグ¥28,350／ウエスト／フェレン（トゥモローランド）黒タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

はき回し ver.1

やりがち解決コーデ案

ムートンブーツ×ティアードスカート

ひとみん's アドバイス

カジュアル度の強いムートンも、トレンドのティアードにあわせれば、いつもよりガーリーな見映えに!

"甘口スカートにミックスすればカジュアルムートンもガーリー♥"

はき回し ver.3

やりがち解決コーデ案

フリンジブーツ×ミニスカ

ひとみん's アドバイス

定番のミニスカも、おしゃれディテールを効かせたフリンジブーツをはけば、足もとまでトータルコーデは完璧!

➡トレンチコート¥69,300／ペン＆ハンド（アナトリエ 神南店）フリルブラウス¥15,750／アナイ ティアードスカート¥14,700／アルアバイル リボン付きバッグ¥10,290／ディグレース（ピー・エックス）リブタイツ¥790／g.u.カスタマーセンター

➡ピンクニット¥6,090／ディグレース（ピー・エックス）ツイードショートパンツ¥11,550／ストロベリーフィールズ（シュガー・マトリックス）チェックストール¥1,995／ローリーズファーム（ポイント）ショルダーバッグ¥28,350／モダルー（T.スクエア）タイツ¥1,050／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

はき回し ver.2

やりがち解決コーデ案

フリンジブーツ×ショーパン

ひとみん's アドバイス

足首もほっそり見えるフリンジブーツは、ショートパンツにあわせたときにもスタイルに自信が持てる!

はき回し ver.3

やりがち解決コーデ案

ムートンブーツ×花柄ワンピ

ひとみん's アドバイス

ガーリーな花柄ワンピと相性バツグンなのがムートンブーツ。濃いめのタイツをあわせるのがポイント。

➡ニットコート¥5… 5、花柄ワンピース… 985／ともにロペ… ピクル ネックレ… 5,460／ディグレ… （ピー・エックス）… ツ¥15,750／ノ… （アバハウスイン… ナショナル）タイ… 1,050／17℃（17… イ ブロンドール … ネ北千住店）

より華やかに見せるテク

＼私たちも悩んでます！／

冬になると一番着ちゃう黒だけど、地味に見えそうで不安なんです……。

池田 舞さん（メーカー勤務・28歳）

トレンドアイテムを取り入れて、新鮮に黒を着る小ワザを知りたい！

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

＼柄物もモノトーンなら取り入れやすい！／

手持ちの黒×モノトーン柄なら 簡単にコーデにメリハリがつく！

これを着回し！

ティアードが女のコらしさ抜群！ シフォンブラウス¥15,750／デビュー・ド・フィオレ バイ レッセ・パッセ

手持ちの黒ブラウス

オススメシーン パーティ 黒ブラウス×ツイードチェック柄ショーパン

ツイード×チェックの今年顔ショーパンなら、ブラウスのボリュームを引き立ててドレスアップに。ファーティペット¥29,400／アナイ ツイードショートパンツ¥10,290／ジョイアス ネックレス¥15,750／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）パイソンクラッチバッグ¥19,950／ハイブ（アルアバイル）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）パンプス¥12,600／ラバーソウル（ビバ・サーカス）

オススメシーン ショッピング 黒ブラウス×チェック柄コート

モノトーン柄のなかでもキュートな印象がアップするチェックは、テンションも上がるショッピングでお披露目。チェックAラインコート¥19,950／オゾック スカート¥3,990／ジ・エンポリアム ベルト¥2,310／ロペピクニック バッグ¥6,090／ミッシュ マッシュ パールネックレス¥5,145／組曲（オンワード樫山）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）パンプス¥7,245／クリア インプレッション（フランドル）

オススメシーン デート 黒ブラウス×千鳥格子柄ストール

デートのときは、優しい表情に映る千鳥ストールがオススメ。ツイードノースリワンピース（ブラウスセット）¥7,900／ザジ 千鳥ストール¥5,995／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座） パールネックレス¥2,982／オゾック バッグ¥12,600／プティ トゥ クラッセ（アバハウスインターナショナル）ブーツ¥29,400／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

オススメシーン お仕事 黒ブラウス×ボーダーカーデ

プレッピーなボーダーを主役にすれば、黒コーデもアカ抜ける。ボーダーカーディガン¥11,550／ブラカード バー ローズ（アバハウスインターナショナル）スカート¥14,700／ジル スチュアート ネックレス¥14,700／ジル スチュアート（ヴ[illegible]

これをプラス

ミックスツイードのショートパンツ

これをプラス

ガーリーシックなチェック柄コート

これをプラス

ホワイトベースの千鳥柄ストール

リボン付きのボーダーカーディガン

19page.com

Part 3「無難だから…」と選びがちな黒を、

やっぱりあわせやすくて落ち着く黒は、冬コーデに外せないカラー。地味に見えては台無しだから、コーディネイト次第で華やかに見せるテクを取り入れて！

＼形が今年らしければ、それだけでおしゃれに！／

手持ちの黒×トレンドアイテムなら コーデが一気にアカ抜ける！

これを着回し！

なめらかな肌ざわりで着心地も最高。ベーシックなニットこそリッチに。ニット¥18,375／アンタイトル

手持ちの 黒タートル

オススメシーン ショッピング
黒タートル×ライダース

オススメシーン お仕事
黒タートル×ツイードジャケット

オススメシーン デート
黒タートル×スタッズ付きカーデ

オススメシーン パーティ
黒タートル×ひょう柄バッグ

ツイードジャケットをオンすれば、上司からも好感度大なオフィスガールに。ノーカラーツイードジャケット¥27,300／ティアラショートパンツ¥12,600／ルル・ウィルビー（アルアバイル）バッグ¥7,245／サックリボンパンプス¥13,650／ラバーソウル（ビバ・サーカス）

旬のライダースジャケットを投入すれば、黒コーデもメリハリがついて脱無難に！ ファー付きライダースジャケット¥38,997／スィーナ by アース ミュージック（アース ミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア六本木ヒルズ店）ひょう柄スカート¥10,500／プラカード バー ローズ（アバハウスインターナショナル）ネックレス¥2,625／レ・シィーニュ・エチカ 表参道店 バッグ¥11,550／ストロベリーフィールズ（シュガー・マトリックス）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）パンプス¥17, 325／モザイク バー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）

➡トレンドのスタッズ付きなら、黒コーデも流行りのちょいロックテイストに。スタッズ付きカーディガン¥7,245／アパートバイローリーズ（ポイント）ボーダースカート（Vニットとセット）¥15,750／組曲（オンワード樫山）ネックレス¥1,900／アンラシーネ　バッグ¥26,250／ルージュルー（メゾン ルージュ）リボン付きロングブーツ¥28,350／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

今年ブレイク中のレオパードは、バッグで上品に目立たせるのがコツ。フリルスカート¥5,996／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）リボン付きファーティペット¥33,600／アナイ　チェーンブレス¥4,200／オルタナティブバージョン（タブルアール 渋谷）ひょう柄ショルダーバッグ¥19,950／レベッカ テイラー……パンプス¥5,145／ローリーズファーム（ポイント）

9page.com

これをプラス

ファー付きライダースジャケット

これをプラス

パイピング入りツイードジャケット

これをプラス

品良く仕上げたスタッズ付きカーデ

これをプラス

上品なカラーリングのひょう柄バッグ

差し色すれば今より もっと華やかに♥

ちょこっと差し色がおしゃれテクなんです。

着回し ver.1

黒Vネックニット×赤の裏地付きテーラード

きちんとテーラードも鮮やかな裏地で遊びゴコロを

配色バランス
赤 5%
黒 95%

ひとみん'sアドバイス
黒の割合が高い着こなしには、赤などビビッドなカラーをちょこっと効かせてみて。

テーラードジャケット¥34,650／アルアバイル　ツイードスカート¥15,750／レッセ・パッセ　花柄ストール¥24,150／パシュマ（ラ・グラン アクアガール青山）ネックレス¥16,800／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）バッグ¥5,985／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

差し色極意

服で色をチラ見せ！

アイキャッチ効果も高い色のチラ見せなら、いつもの黒も表情チェンジ！

このVネックを着回し！

黒Vネックニット

スタンダードなVネックが着回しにも優秀！ ニット（ボーダーニットスカート付き）¥15,750／組曲（オンワード樫山）

着回し ver.2

黒Vネックニット×モスグリーンスカート

黒も優しい表情にシフトする暖かなモスグリーンで冬モード

配色バランス
黒 60%
緑 40%

ひとみん'sアドバイス
やわらかなモスグリーンなら、黒でまとめたコーデも女のコらしく着られるんです。

リーンスカート¥5,996／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）黒ショール¥17,850／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）ツイードリボン付きバッグ¥5,145／ロディスポット　タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）スエードパンプス¥13,650／ハーズ（ビバ・サーカス）

着回し ver.3

黒Vネックニット×オレンジタートル

鮮やかニットを重ねておしゃれコントラスト！

配色バランス
オレンジ 10%
黒 90%

ひとみん'sアドバイス
Vネック部分に対照的な色をレイヤードすれば、いつもと異なる雰囲気にチェンジ。

ートル半そでニット¥14,／クリア インプレッション（フランドル）ショートパン5,985／エスピービー（イデックス）パールネックレ5,460／アルアバイル グ¥6,195／ジェネリーク（サージュ ミニヨン）リボンブーツ¥29,190／ダイア（ダイアナ 銀座本店）

読者も差し色テクにTRY

After / Before

水野友貴さん
（マスコミ勤務・26歳）

今年注目の黒コーデは、ワントーンだと地味なので、赤の差し色をプラスします。主張しすぎないタイツなら、おしゃれ感度も一気に上昇。差し色コーデに配色バランスが大事！

1000人アンケートからわかった！

みんなの差し色 Best3

ブラックコーデにみんなが差し色にしたい人気カラーはこちら！

1位 ピンク

黒にスイートな雰囲気をプラスしてくれるピンクが一番人気！ 洋服だけに限らず、バッグやパンプスでアクセントにするというおしゃれ派も多し。

過去のスナップでもみんな着用！

steady. 11月号掲載　steady. 11月号掲載

2位 赤

意外と相性のいい赤は、黒となじませることで、派手な印象を抑えられる！ という意見も。

3位 緑

一枚ではなかなか難しい緑も、黒の差し色にすれば大人っぽさも上昇。カジュアルにも上品にも着られる色。

ほんの少し色を加えるだけ!

ちょこっと

トレンドの黒におしゃれをちりばめるなら、華やかさもスピーディに加わる、

ワントーンコーデには華やぎストールを一点投入!

着回し ver.3

黒ワンピ×花柄ストール

差し色極意

小物で色をチラ見せ!

差し色コーデが苦手な人にもおすすめしたいのが、小物で色を取り入れるテク!

この黒ワンピを着回し!

黒ワンピ

フリル付きワンピース¥9,975/グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

配色バランス

花柄 20%

黒 80%

ひとみん's アドバイス

花柄ストールは、黒にあわせることで見映えもパーフェクト。ボリュームタイプがオススメ。

花柄ストール¥19,950/エビス/ジネス（ジネス ルミネ立川店）チェーンロングネックレス¥7,140/アルアバイル リボン付きバッグ¥3,900/アンラシーネ タイツ¥1,050/17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）リボン付きブーティ¥26,250/アナイ

スイートな印象のピンクで甘辛コーデにトライ!

着回し ver.1

黒ワンピ×ピンクバッグ

配色バランス

ピンク 10%

黒 90%

ひとみん's アドバイス

甘辛コーデが簡単にできる黒×ピンクの組み合わせ。あわせやすいバッグから始めて。

ピンクステッチ入りチェーンバッグ¥6,195/サック（オンラインショップ限定） チェーンネックレス¥4,200/ストロベリーフィールズ（シュガー・マトリックス）ツイードパンプス¥17,850/カーノ（モード・エ・ジャコモ）レンス/スタイリスト私物

大人なボルドーカラーで足もとにおしゃれオーラを

着回し ver.2

黒ワンピ×ボルドータイツ×赤パンプス

配色バランス

黒 70%

ボルドー 20%

赤 10%

ひとみん's アドバイス

着こなしが瞬時におしゃれになるボルドーのタイツや赤パンプスは一足キープするべき!

ダルメシアン柄ファーティペット¥2,625/オフ ザ ウォール ツイードチェーンバッグ¥6,195/ジェネリーク（パサージュ ミニョン）ボルドータイツ¥1,050/17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）赤スエードパンプス¥19, 950/バナーバレット（ブティック トレイズ）

ほかにもあるよ! 黒コーデに映える差し色小物

差し色パンプス

←こっくりパープルが冬らしい一足。リボンパンプス¥14,175/ダイアナ ウェルフィット（ダイアナ 銀座本店）

➡華やかな赤エナメルパンプス¥30,450/レペット（エヌディーシー ジャパン）

差し色ストール

⬇仕事のときも活躍するシックなネイビー。ストール¥11,550/ラピス ビームス（ビームス タイム）

⬆ピンクオレンジが顔映りをとびきりキュートに☆ ストール¥1,995/ロペピクニック

差し色バッグ

←エナメルカラーがリッチ。ミディアムサイズのボストンバッグ¥6,195/サック

➡両サイドにリボン付き。バッグ¥29,400/アルキミア（ルビーリベット 有楽町）

19page.com

しちゃうコの、アイテム取っ替え術

19page.com

大好きショップでコーデ買いしたアイテムだって、アレンジしないともったいない！ 前ページまででマスターしたおしゃれ術をさっそく実践してみましょ♪

「コーデ買いの困った！」みんなのあるある～劇場～

読者から寄せられたコーデ買いのお悩みを、読者モデル・池田さんが体当たりで再現してくれました！ みんなもこんな経験ありませんか？

思い当たるアナタは必見！

今まで紹介してきた着こなしテクを応用すれば、ブランドのトータルコーデだっておしゃれにイメチェンできちゃいます☆

steady.人気ブランドのトータルコーデを、誌上再現してみました♥

Part1～Part3で紹介した着こなしテクを応用して ブランドコーデの着回しにTRY!

着回しver.1 Aラインコート×華やかストール

ビビッドな華やかストールで印象づけ。水色ストール¥13,650、白ブラウス¥16,800、ツイードショートパンツ¥15,750、白ボストンバッグ¥36,750／すべてジル スチュアート　ネックレス¥12,600／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）ボア付きブーツ¥50,400／ラス（シャンデリエ渋谷）タイツ¥1,050／17℃(17℃ バイ ブロンドールルミネ北千住店)

着回しver.2 Aラインコート×ロングネックレス

プリントワンピとパールネックレスでレディな表情に。ワンピース¥28,350、ベルト¥13,650、スキニーパンツ¥10,500／すべてジル スチュアート　三連パールネックレス¥6,900／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）パンプス¥40,950／ベリーコ（トゥモローランド）バッグ¥11,550／組曲(オンワード樫山)

着回しver.3 Aラインコート×ショール

大きめのショールをプラスすれば、前を閉じたときもボリュームアップ。パステルトーンのグリーンなら、デイリーな雰囲気でつけられます。ニットショール¥13,650、中に着たニットワンピース¥22,050、白ニーハイブーツ¥57,750／すべてジル スチュアート

ショールをプラスする

P.37のコーデ提案の応用編
P.37を参照

ロングネックレスをプラスする

P.36のコーデ提案の応用編
P.36を参照

華やかストールをプラスする

P.37のコーデ提案の応用編
P.37を参照

ジル スチュアートのアウターコーデ

を、Part1で紹介した**コートのマンネリ解消テク**を応用して着回し！

今年らしい小物使いをミックスすれば、マンネリしがちなコートもおしゃれ個性を発揮！

総まとめ Part1～Part3の実践編！ コーデ買い

ティアラの ツインニットコーデ

着回し力も高いツインニットは、ツインで着るコーデのほかにも、カーデとニットを別々に着たりと、いろんな着方が楽しめます！ ツインニット¥17,850、スカート¥9,240／ともにティアラ

を、Part2で紹介した **ニットのマンネリ解消テク** を応用して着回し！

ツインニットはセットで着るだけでなく、カーデとニットを別々で着ることで脱マンネリ！

着回し ver.1 ツインニットを別々に着る

ツインのインナーのみ×ライダース

すばやく今年っぽくなるライダースを投入！ ライダースジャケット¥25,200、スカート¥9,240／ともにティアラ ボストンバッグ¥8,295／サック ピンクマフラー¥2,625／ジ・エンポリアム ネックレス¥5,985／組曲（オンワード樫山）乗馬ブーツ¥9,900／キャンディッシュ

ライダース を プラスする

P.38のコーデ提案の応用編

P.38を参照

着回し ver.2 ボトムを変える

ツインニット×ショーパン

ボトムスをフレッシュな雰囲気のショーパンに。ショートパンツ¥8,820、三連ネックレス¥9,240／ともにティアラ ミニボストンバッグ¥3,990／アフターオール（インデックス） タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）ツイードパンプス¥12,600／ラバーソウル（ビバ・サーカス）

ショーパン を プラスする

P.38のコーデ提案の応用編

P.38を参照

着回し ver.3 ツインニットを別々に着る

ツインのカーデのみ×ワンピ

ニットの代わりにワンピをあわせて、カーデを有効活用。ワンピース¥29,400／ティアラファーマフラー¥27,300、エナメルステッチ入りブーツ¥22,050／ともにメルローズ キルティングトートバッグ¥4,935／ロディスポット パールネックレス¥1,900／ザジ

ワンピ を プラスする

P.38のコーデ提案の応用編

P.38を参照

19page.com

ビームスの 黒コーデ

トルソーの着こなしを参考にしつつ、より華やかなコーデにブラ[illegible]ジャケット¥19,950 レイ ビームス[illegible]ブラウス¥12,6[illegible]ショートパンツ¥14,700[illegible]ともに[illegible]ームス タイム）

を、Part3で紹介した **黒のマンネリ解消テク** を応用して着回し！

黒と対照的なビビッドカラーを加えることで、モノトーンコーデも一気に華やかにシフト！

着回し ver.1

黒コーデ×華やかストール

モノトーンに映える華やか[illegible]ルをオン。オレンジストール[illegible]ピス ビームス、ネックレス[illegible]ビームス、パンプス¥12,60[illegible]べてビームス タイム）タイ[illegible]℃（17℃ バイ ブロンドー[illegible]住店）

華やかストール をプラスする

P.45のコーデ提案の応用編

P.45を参照

着回し ver.2

黒コーデ×華やかバッグ

ワントーンのコーデも鮮やかカラーのバッグがおしゃれアクセントに。ストール付きニットワンピース¥9,975／レイ ビームス、パンプス¥12,600／エイト（ともにビームス タイム）リボンショルダーバッグ¥7,875／ミニマム ミニマム（ミニマム）

華やかバッグ をプラスする

P.45のコーデ提案の応用編

P.45を参照

着回し ver.3

黒コーデ×ボルドータイツ

タイツをチェンジするだけで、黒コーデも今年っぽく。ネックレス¥7,875／bpr ビームス、手に持ったツイードジャケット¥19,950／レイ ビームス、パンプス¥12,600／エイト（すべてビームス タイム）ボルドータイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）バイビングバッグ¥7,245／エッセンシャルグッズ／クリア インプレッション（フランドル）

ボルドータイツ をプラスする

P.45のコーデ提案の応用編

P.45を参照

マンネリ技 教えて!」

おしゃれな読者のみんなも脱マンネリコーデを実践中! みんなが編み出したワザを盗めば、明日からの1週間の着こなしもぐっと新鮮に☆

柄ワンピの脱・マンネリ技
部奈央さん(ネイリスト・25歳)発!

週の頭に「何曜日に何柄を着る」って決めておけば、同じ柄を1週間の内でかぶって着なくなる!

月	火	水	木	金	土	日
花柄	チェック柄	ドット柄	チェリー柄	ボーダー柄	小花柄	星柄

柄モノカレンダーを作って、部屋に貼っておくと便利!

大好きなワンピはマンネリにならない柄ものを。さらに1週間違う柄を選べば、同じワンピもこんなにいろんな表情が楽しめます♪

コーデの脱・マンネリ技
菜津子さん(融関連会社勤務・23歳)発!

土日のうちに、次の週に着たいコーデを撮って、手帳に貼っておく!

着たいお洋服はついつい忘れがちなので、週末のうちに着たいコーデを手帳にペタリ。少ないアイテムでも、いろんな着回しができるようになりました!

コーデの脱・マンネリ技
佐々木清香さん(メーカー勤務・26歳)発!

steady.や、大好きな梨花ちゃん本のコーデをマネッコ! 前の日の夜に、雑誌を開けて選びます。

自分では思いつかない着こなしは、雑誌や梨花さんの本をお手本に。前日の夜にくまなくチェックして、お気に入りコーデをマネします♥

19page.com

トの脱・マンネリ技
子さん(関連会社勤務・26歳)発!

ニットコートの着方をアレンジして、印象が変わるようにしています!

ひとつのアイテムをいろいろな雰囲気で着るのがおしゃれの鉄則。秋冬に必須のニットコートも、印象チェンジを楽しんでいます。

ボトムの脱・マンネリ技
倉形まなみさん(医療関連勤務・27歳)発!

1日おきにスカート➡パンツ➡スカート➡パンツとボトムを交互にはけば、足もとがマンネリしない!

同じようなコーデになりがちなので、パンツを交互にはいておしゃれに変化を。いつもワンピを着てる、というイメージから脱却!

Part 4 読者発!「みんながやってる脱

コーデの脱・マンネリ技
大井智保子さん（会社受付・26歳）発!

「可愛い!」って思ったコーデを切り貼りして、スタイリングノートを作ります♥

雑誌を見るのが大好きなので、お気に入りのコーデはコラージュしてノートに貼っています。見返すことで、いろんなコーデに挑戦!

服選びの脱・マンネリ技
高沢奈苗さん（アパレル勤務・23歳）

クローゼットの手前に着ない服を、奥にヘビロテ服をしまっています。

なかなか出番のないお洋服は、手前に置いておけば、ついコレ着ようかなって思えます(笑)。クローゼットの使い方で脱・マンネリに!

カラーの脱・マンネリ技
宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）発!

「何曜日に何色を着る」って決めておいて、平日5日間はすべて違う色を着るようにする!

冬は地味な色が多くなりがちなので、あえて明るい色を投入! 平日は毎日違う色を着て、オフィス内でも印象がガラリと変わる工夫を。

さらに!

ヘアの脱・マンネリ技

平日すべて、髪型も変えています!

デスクに座っているときも、同じ雰囲気に見えないように、髪型もチェンジするように。ヘアアクセなどを用意しておくと簡単です。

小物の脱・マンネリ技
平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）発!

洋服が決まったらまずハンガーにかけて、どの小物がベストかあわせながら考える♪

小物使いが苦手でいつも無難なものを選びがちなので、着る前にハンガーにかけて、ベストな小物を客観的に見て研究します。

コーデの脱・マンネリ技
小川友佳さん（法律事務所勤務・25歳）発!

ショップ店員さんのコーデをチェックして、お買い物のときの参考に!

ショップの店員さんは、いつも旬のおしゃれの取り入れ方が上手なので、参考にしてマンネリから脱出するように心がけています☆

今、一番注目のスポットをご紹介!

NEW OPEN

今月も、L.A.発のライフスタイル型セレクトショップで話題のフリーズ マートから、トータルコーデを提案するトランテアン ソン ドゥ モードまで、トレンド感満載のカジュアルブランドが全国に続々オープン。可愛いバッグやシューズがそろうバロー／ル タロン 銀座店もチェックして!

撮影／横田裕美子（スタジオバンバン） 地図製作／ジェオ

Fashion

フリーズ マート

FREE'S MART自由が丘

オープン以来話題沸騰! ナチュラルで健康的なL.A.スタイルを提案

アメリカ西海岸MALIBU COUNTRY MARTの穏やかな時間にインスピレーションを受け、ナチュラルでエコロジカルなライフスタイルをイメージしたL.A.発のライフスタイル型セレクトショップ、フリーズ マートがオープン。フリーズショップのフェミニンでキュートなスタイリングに、トレンド感を加えたナチュラルで健康的なセクシースタイルを提案します。オリジナルに加え、旬のインポートやキッズ、小物からペット用品までお手頃プライスのアイテムが満載! この冬はペリエ千葉店（11/7）、大丸大阪店、心斎橋店北館（11/14）、Esola池袋（11/27）と新店舗が続々オープンします。

SHOP DATA

㊟東京都目黒区自由が丘2-9-15
☎ 03-3723-4551
㊢11:00～20:00
㊡不定休
http://www.frees-mart.com

今シーズン一枚は欲しい旬ジャケット
ロング丈とギャザー入りの袖が今年らしさ満載。ロング丈ジャケット¥9,975／フリーズ マート（フリーズ マート自由が丘店）

ウエストのリボンデザインがポイント
エメラルドグリーンの細かいチュール使いがキュートなスカート¥4,935／フリーズ マート（フリーズ マート自由が丘店）

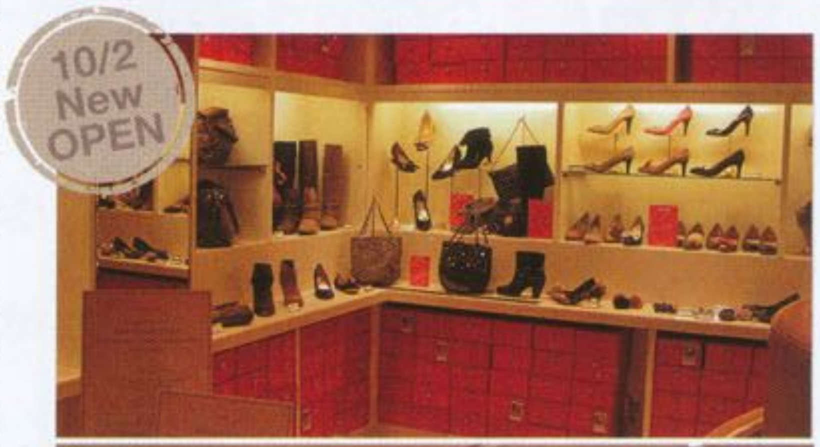
持っているだけでハッピーなゴールドカラーのメタルポーチ
メタルポーチは中を開くとグリーン! リボン付きもキュート。ポーチ¥1,995／バニティ バイ フリーズ（フリーズ マート自由が丘店）

女のコらしさ満載のキャミソールワンピ
シンプルで女性らしいデザインのワンピース。¥5,565／フリーズ マート インターナショナル（フリーズ マート自由が丘店）

キラキラスパンコールが着こなしのアクセントに
ピンクのスパンコールが存在感たっぷり。フラットシューズ¥3,990／フリーズ マート インターナショナル（フリーズ マート自由が丘店）

バロー／ル タロン

Barrault／Le Talon 銀座店



可愛いが大好きなすべての女性のための靴&バッグをお届け

コーディネイトにスパイスを効かせる新鮮なデザインとリアルプライスで人気のバロー／ル タロンが、この秋、銀座に路面店をオープン。パリの女性の部屋をイメージしたクラシカルなエントランスや、書斎を設けた可愛らしい内装は上品でモダンな雰囲気。1階には毎日の着こなしに活躍するトレンド感たっぷりのキャッチーなシューズやバッグ、2階にはベーシック&パーティなどシーンにあわせて使えるアイテムが充実。シューズの印象を変えられる取り外し可能なシューズクリップや、バッグに付けるチェーンなどのアクセサリー小物もそろいます。限定のスペシャル商品もあるので、今すぐお店に急いで!

SHOP DATA

㊟東京都中央区銀座5-5-6 1F・2F
☎ 03-6253-7051
㊢11:30～20:30（平日）、11:00～20:00（土・日・祝）
㊡不定休
http://letalon.jp/

スペシャルな銀座限定パンプス
ピンクベースのミックスツイードに贅沢なサテンのリボンをトッピング。銀座店限定パンプス¥6,930／ル タロン（バロー／ル タロン 銀座店）

華やかな光沢を放つパテントバッグ
シャイニーなラメ入りのパテントバッグは、大きめで収納もたっぷり。パテントバッグ¥22,050／バロー（バロー／ル タロン 銀座店）

華奢見え抜群のショートブーツ
スエードのシックなショートブーツはこの冬大活躍しそう。フリンジショートブーツ¥13,650／ル タロン（バロー／ル タロン 銀座店）

デイリーに使える大人の上品バッグ
ゴールドのバックルと質感のあるレザーが上品なシルエットのミニボストンバッグ¥29,400／ミネリー レナート（バロー／ル タロン 銀座店）

旬のチェック柄で足もともおしゃれに
トレンドのチェック柄パンプスは、ベルトを付け替えて2WAYで履きこなせるのも魅力。パンプス¥7,980／ル タロン（バロー／ル タロン 銀座店）

トランテアン ソン ドゥ モード

31 Sons de mode ラゾーナ川崎プラザ店

キレイを目指す女性たちへ新しいコンサバスタイルを提案

人気スタイリスト風間ゆみえさんをブランドディレクターに起用し、スイートエレガンスな新しいコンサバスタイルで人気のトランテアン ソン ドゥ モードが、この秋ラゾーナ川崎にオープン。365日、毎日のおしゃれをトータルコーデイネイトで提案してくれるから、トレンド感たっぷりのクラスアップした着こなしが楽しめます。今シーズンも、お手頃プライスはそのままに、シックなチェック柄コートやエレガントなフリル付きコートなど旬のディティールを取り入れたキュートで上品な秋冬の新作が登場。11月にも新店舗がオープンするので、ぜひチェックしてみて!

SHOP DATA

㊟神奈川県川崎市幸区堀川町72-1 ラゾーナ川崎プラザ2F
☎ 044-276-8155
㊢10:00～21:00
㊡不定休
http://31sdm.jp/

全国に続々ニューオープン!

★コレド日本橋	9/9オープン
★大丸神戸店	9/9オープン
★札幌ピヴォ	9/11オープン
★横浜ルミネ	11/7オープン（期間限定）
★大丸心斎橋店	11/14オープン

ヌードカラーでまとめたエレガントミックス
全体をヌードカラーでまとめた上品なフェミニンスタイル。女らしさが数段アップ。フリル使いがエレガントなドレスコート¥19,950、モヘアキャスケット¥3990、時計¥8,925、ショルダーバッグ¥7,980、ロングブーツ¥11,550／すべてトランテアン ソン ドゥ モード

チェック柄コートが着こなしの主役に
ブロックチェック柄のコート¥18,900、中に着たニットワンピース¥8,925、モヘアキャスケット¥3,990、パール4連ネックレス¥4,935、パールチェーンネックレス¥2,940、ベーシックパールネックレス¥2,940、ココパールネックレス¥3,990、グローブ¥4,935、エナメル×カゴバッグ¥8,925、ロングブーツ¥11,550／すべてトランテアン ソン ドゥ モード

19page.com

COACH BOOK♥

2009 Winter

steady. 12月号 とじこみ BOOK

コーチと過ごす Happy Holiday♥

大人気コーチから、冬をスタイリッシ
彩る新作アイテムが到着！　頑張った
へのご褒美として、彼へのおねだりリ
として、心躍るホリデーシーズン目前の
ョッピング計画を練ってみて♪

Photo/[model]Satoru Kikuchi(dynamic)
[still]Yutaka Tada(REV.INC)
Styling/Kasumi Kato
Hair&Make-up/Mikako Kikuchi(No.9)
Model/Mikako Yano
special thanks/RIHGA ROYAL HOTEL TOKYO

●掲載されているコーチの商品のお問い合わせ先は、
コーチ・カスタマーサービス・ジャパンです。0120-556-9
その他の商品のお問い合わせ先はP.158です。
※バッグのサイズは[タテ×ヨコ×マチ／外ポケット数・内ポケ
※お財布のサイズは[タテ×ヨコ／外ポケット数・内ポケット数
ト]で表記。

エンボスド・クロコダイルでホリデー気分を盛り上げて

女心を刺激するキュートなフューシャピンク、型押しパテントの存在感にノックアウト！　コーチ Peyton エンボスド エキゾチック キャリーオール[22×31×12／4・4] ¥84,000／コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
ニットトップス¥11,550／イエナ スローブ（イエナ 心斎橋店）　シルクサテンプルオーバー¥16,800、シルクコットンワンピース¥29,400／ともにナイン（ナイン青山）　パンプス、ヘッドリボン／ともにスタイリスト私物

モノトーンスタイルに華をそえる
メタリックレザーのシンプルトート

パーティにもデイリーにも活躍するクールなシルバーは重宝。A4もラクラク収納できる容量大のトート。コーチ Peyton レザートート［30×26×15／2、3］¥63,000／コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
コサージュ付きロングTシャツ¥7,875、チェーン付きニットジャケット¥22,050／ともにイエナ スローブ（イエナ 心斎橋店）　スカート¥61,950、タイツ¥4,200／ともにジル スチュアート　カチューシャ¥9,975／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）
パンプス／スタイリスト私物

19page.com

Look at me, darling......

上品ブラックのシグネチャーで
レディなワンピをブラッシュアップ

クラシカルなスタイルにもマッチする、ブラックカラーのシグネチャー。シンプルモードなバッグは、お仕事シーンにも活躍するオールマイティなデザインで使い勝手も抜群。コーチ Peyton シグネチャー サティーン キャリーオール［22×31×12／4、4］¥63,000／コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
フリルジャージワンピース¥26,250、レース編みタイツ¥4,200／[illegible]、ネックレス¥[illegible]、ピアス¥[illegible]、ブレスレット¥11,500／すべて[illegible]（ヴァンドームヤマダ）、パンプス／スタイリスト私物

19page.com

ペイトン コレクション

Peyton Collectionの最旬バッグをチェック！

新作ペイトン コレクションは、シャープで構築的なデザインが魅力。こだわり素材とチェーンのショルダーストラップの組み合わせが大人っぽい！

役感あるシャイニー素材は
リデーシーズンにぴったり

ら、パテントとエンボスレザーのメッシュ
品カジュアルにマッチ。マグネット開閉で
を取り出しやすい。コーチ Peyton ウー
レザー ラージ ショルダー バッグ [32×
12／0、3] ¥147,000、巾着タイプのこ
としたフォルムがおしゃれ。コンバーチブ
トラップで2WAYに。コーチ Peyton メ
ック レザー ドローストリング ショルダー
グ [32×32×16／0、3] ¥129,150

マテリアルで主張した
使いやすさNo.1のトート

左から、ブラックベースのエナメルにモノトーンのCを重ねたグラフィカルなデザインの個性派トート。長めのチェーンショルダーストラップ、クリアなCチャームがポップな印象。コーチ Peyton インレイド C トート [30×26×15／2、3] ¥75,600、落ち着いたブルーレザーは、シックな通勤服にほどよい差し色効果を発揮。サイドリボンのエナメルがポイント。コーチ Peyton レザー トート [30×26×15／2、3] ¥63,000

ジュアルな雰囲気が魅力的！
能派キャンバスバッグに注目

から、レザーのパイピングが清潔感を演出
る上品バッグ。仕切りで荷物の整理がしや
いところが優秀。コーチ Peyton キャンバ
オプ アート キャリーオール [22×31×12
、4] ¥63,000、細かいオプ アートがキ
ートなポーチ。マチがあるので見た目以上
容量あり。コーチ Peyton キャンバス オ
アート トップ ハンドル ポーチ [15×22×
／0、1] ¥28,350、書類も荷物もOKの、
ンプルな大きめショルダー。内布はきれい
グリーン。コーチ Peyton キャンバス オ
アート ラージ ショルダー バッグ [35×
×11／0、3] ¥65,100

19page.com

19page.com

上質レザーショルダーで
洗練パーティガールが完成☆

ほどよいツヤ感あるレザーショルダーは、ショルダー部分が太めでソフトな当たりを実現。かっちりフェイスに対し、ポップなホワイト×ゴールドのドット柄内布を使用したギャップが新鮮。ワーキングシーンにも似合う、合わせやすく飽きのこないデザインはヒット確実！ コーチ Peyton レザー ショルダー バッグ［30×30×13／0、3］¥59,850／コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
レースワンピース¥30,450／バルコニー アンド ベッド（バルコニー 代官山店）
パンプス／スタイリスト私物

ラグジュアリー感のある
エンボスド・クロコダイル

型押しレザーとゴールド金具がラグジュアリー。コ
Peyton エンボスド エキゾチック キャリーオール
×31×12／4、4］¥84,000

ピンクレザー×キャンバス
上品な女性らしさを演出

パイピングと、軽やかなキャンバスのハー
コーチ Peyton シグネチャー サティーン
ル［22×31×12／4、4］¥63,000

馴染みのよいシンプルな
ベージュレザーは大活躍

A4収納可能な仕切り付き。マグネット開閉で中身を取り出しやすいのが魅力。コーチ Peyton レザー ラージ キャリーオール［24×34×12／4、4］¥75,600

カジュアルにもマッチする
オールマイティなトート

スネーク風加工レザーが辛口アクセント。内布はスイートなピンク。コーチ Peyton シグネチャー サティーン トート［30×26×15／2、3］¥57,750

クールな大きめトートで
着こなしを軽快にシフト

素材感をたっぷり味わえるトートは、大人スタイルのキー。コーチ Peyton エンボスド エキゾチック トート［30×26×15／2、3］¥75,600

19page.com

カジュアルリッチな アレックス Alex Girl

実用性の高いアレックス コレクションは、アクティブなホリデーシーズンを一緒に過ごす最適バッグ!

ーンにもぴったりな 勝手のよい2WAYバッグ

ーにもトートにもなる、コンバーチブルストラップ付き2WAYバッグ。
大きさで使いやすさも抜群。アレックス スティッチド パテント スモ
ト［26×19×13／1、3］¥52,500、ファー付きブーツ［H1.5㎝］
／ともにコーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
ァーショートコート¥82,950／バナーバレット（ブティック トレイ
ペンダー付きデニムパンツ¥15,750／イエナ スローブ（イエナ 心

アレックス コレクション

Alex Collectionのシックな LOVEバッグ♥

トートバッグやデイバッグをスタイリッシュに仕上げたアレックス コレクション。実用性と女性らしさを兼ね備えた軽快なデザインに人気集中!

斜めがけもできちゃう軽やかナイロンバッグ

サテン風素材のバッグとパテントハンドルのコントラストが粋。いつも持ち歩きたくなる軽さ。アレックス キルテッド スモール トート [26×19×13/1、3] ¥38,850

大小シグネチャーの切り替えがアクセント

安心ファスナー開閉でA4収納可能なバッグ。内布は、落ち着いたピンク。アレックス シグネチャー サティーン トート [32×24×15/1、3] ¥47,250

元気なチェリーピンクでホリデーシーズンを満喫♪

Cステッチが施された2WAYでデイリーウエアも可愛く。アレックス スティッチド パテント スモール トート [26×19×13/1、3] ¥52,500

ニュアンスを加えたパテントに視線集中!

クールなブラックパテントがステッチで絶妙な表情に。内布はグレー。アレックス スティッチド パテント スモール トート [26×19×13/1、3] ¥52,500

デイリーに使いたいキルティングバッグ

肩かけできる長めハンドルだから、通
にも使えて便利。たくさん入れても軽
のが魅力。アレックス キルテッド ト
[32×24×15/1、3] ¥47,250

コンパクトなポーチはサブバッグとしても活躍

メタルプレートとパテントパイピングがアクセントに。アレックス シグネチャー サティーン トップ ハンドル ポーチ [13×23×9/0、1] ¥26,250

マルチカラープリントで華やかさをアピール

ファスナー開閉で中身を隠せるトート。ブラックのパテントハンドルがスパイスに。アレックス マルチ オプ アート トート [32×24×15/2、3] ¥47,250

汚れに強いコーディングがうれしいハンドルポーチ

ちょっとしたお出かけに丁度いい大きさが◎。アレッ
ス コーテッド オプ アート トップ ハンドル ポーチ [1
×23×9/1、1] ¥27,300

19page.com

毎日一緒にいたい豊富なレザーグッズ

クリスマスを前に、ギフトにも最適なレザーグッズが豊富にラインナップ！ 定番の長財布から注目のミニウォレットまで、機能美あるアイテムをチェック☆

Waverly Coated Canvas

ポップなパステルカラーが乙女心を刺激しちゃう!

左から、乙女心をくすぐるスイートなマルチカラー。ウェイバリー コーテッド キャンバス リストレット [10×15/1、0] ¥9,450、開くとマチがあり中身を取り出しやすいハート型コインケース。ウェイバリー コーテッド キャンバス ハート コイン パース [9×11/0、0] ¥10,500、キーホルダー付きコインケース。ウェイバリー コーテッド キャンバス ミニ スキニー [9×14/1、0] ¥8,400
※すべて12/18発売予定

お手頃プライスが嬉しい丈夫なコーティングキャンバス

左から、ベージュとパステルピンクのコンビネーションがフェミニン。ウェイバリー コーテッド キャンバス ビルフォールド ミニ ウォレット [9×10/1、1、カード8] ¥23,100、開いたときに中身が見やすいアコーディオンタイプの長財布。カードポケットが12あり、収納力も抜群。ウェイバリー コーテッド キャンバス アコーディオン ジップ アラウンド [10×19/1、5、カード12] ¥31,500

Penelope Signature

大人可愛い新色カラーレザーに注目!

今年の新色は、チェリーピンクとブロンズゴールド。上から、ペネロピ シグネチャー アコーディオン ジップ アラウンド [10×19/0、6、カード12] ¥31,500、ペネロピ シグネチャー スリム エンベロープ [10×19/1、5、カード14] ¥29,400、ペネロピ シグネチャー コンパクト クラッチ [10×14/1、8、カード5] ¥27,300、二つ折りのカードケース。ペネロピ シグネチャー カードケース [13×8/0、2、カード10] ¥14,700

Tricolor

ドレスにもマッチするシャイニー小物

シャイニーレザーとオプ アートのコンビは、普段使いはもちろん、パーティシーンにも活躍。左上から時計回りに、トライカラー スリム エンベロープ [11×19/1、5、カード10] ¥49,350、トライカラー コンパクト クラッチ [11×14/1、6、カード8] ¥42,000、トライカラー ミニ スキニー [7×11/3、1]（ベージュ、ライラック）各¥9,450、トライカラー パス ケース [7×11/2、カード3] ¥15,750

Jewel Leather

遊び心いっぱい！ だまし絵風デザインがお茶目

左上から時計回りに、ジュエル レザー コンパクト クラッチ [10×14/1、5、カード11] ¥42,000、ジュエル レザー アコーディオン ジップ アラウンド [10×19/1、5、カード12] ¥47,250、ジュエル レザー コインケース [直径9/0、0] ¥10,500、ジュエル レザー ミディアム ジップ アラウンド [11×13/0、2、カード5] ¥30,450、ジュエル レザー ミディアム スキニー [9×13/1、1、カード3] ¥11,550

Madison Leather

バッグの中で彩りをそえるフレッシュカラー

パープルレザー×ゴールドの馬車モチーフがさりげなくゴージャス。あらゆるシーンに対応できる万能ウォレットがラインナップ!　左から、マディソン レザー アコーディオン ジップ アラウンド[10×19/0、6、カード12] ¥40,950、マディソン レザー コンパクト クラッチ[10×14/1、7、カード10] ¥35,700、マディソン レザー スモール ウォレット [8×9/0、1、カード8] ¥22,050

Penelope Leather

長く使うほど味わい深いエンボスレザー

落ち着いたレッドレザーにエンボス加工が施された、深みのあるデザイン。左から、ペネ
ピ エンボス レザー スリム エンベロープ [10×19/1、5、カード14] ¥34,650、ペネロ
エンボス レザー コンパクト クラッチ [10×14/1、5、カード8] ¥31,000

Madison

ギャザー使いで女のコらしいニュアンスをプラス

クラッチにも収納できる手のひらサイズのスモールウォレットは大注目。デイリーにも活躍する収納力の高さも魅力。上から、マディソン オブ アート サティーン コンパクト クラッチ [10×14/1、7、カード10] ¥33,600、マディソン パテント スモール ウォレット [8×9/1、5、カード3] ¥22,050、マディソン オブ アート サティーン スモール ウォレット [8×9/1、5、カード3] ¥19,950

Madison Embossed Croc

フェミニンなエンボスド・クロコダイルで女度急上昇

やわらかな色合いと高級感あるマテリアルが女性的な、大本命のご褒美アイテム。上から、マディソン エンボスド クロコダイル アコーディオン ジップ アラウンド [10×19/0、6、カード12]（ホワイト、ピンク）各¥47,250、マディソン エンボスド クロコダイル コンパクト クラッチ [10×14/0、1、カード12] ¥43,050、マディソン エンボスド クロコダイル スモール ウォレット [8×9/1、5、カード3] ¥22,050

Penelope Embossed Patent

大人気ペネロピパテントの新色が登場!

左上から時計回りに、ペネロピ エンボスド パテント レザー コンパクト クラッチ [10×14/1、8、カード5] ¥34,650、ペネロピ エンボスド パテント レザー アコーディオン ジップ アラウンド [10×19/0、6、カード12] 各¥38,850、ペネロピ エンボスド パテント ミニ スキニー [9×13/1、1、カード3] ¥10,500、ペネロピ エンボスド パテント レザー スリム エンベロープ [10×20/1、5、カード14] ¥36,750

9page.com

パーティを盛り上げる
華やか小物

スパンコールやグリッターレザーなど、ドレスアップに欠かせないキラキラ系お目立ちバッグが登場！　存在感抜群のアクセサリーも、今スグお買い物リストに載せて！

クリスマスを意識した まばゆいクラッチシリーズ

表情豊かなメタリックレザーと、オプ アートの型押しベロアは、大人っぽい素材感が魅力。たっぷりギャザーによる丸みのあるフォルムが、ドレスアップスタイルを上品に引き立ててくれる。上から、ガーネット テクスチャード メタリック クラッチ［16×29×8／0、3］（ゴールド、ローズゴールド）各¥47,250、ガーネット オプ アート ベルベット クラッチ［16×29×8／0、3］¥47,250

洗練されたスタイリッシュな イブニング・コレクション

グログランリボンがあしらわれたロマンティックなクラッチや、レオパード柄をスパンコールで表現した今年らしいチェーンバッグがお目見え。上から、アマンダ メタリック レザー ラージ リストレット［15×24／0、1］¥19,950、アマンダ レオパード シークイン フラップ クラッチ［14×26×3／0、1］¥59,850、アマンダ シークイン ラージ コスメティック ケース［16×24／0、1］¥24,150

さりげなくゆれるモチーフが ポップでロマンティック

左から、ラインストーンがきらめく大小の星プレートがポップな印象。スターリング シルバー ダブル スター ネックレス¥21,000、透け感のあるレーシーな星型ピアス。スターリング シルバー ピアスド スター イヤリング¥14,700、大小のニュアンスの異なるハートが胸元でゆれて、顔まわりを華やかに演出。スターリング シルバー スリー ハート ペンダント ネックレス¥18,900

人気のスペシャルロゴが キュートなリングになって登場

コーチファンにはたまらない、ロゴを大胆に用いたグラフィカルなリングが到着！　左から、丸みのあるフォルムがお茶目なオプ アートのシルバーリング。華奢な指先を強調。オプ アート バイアス エナメル リング¥14,700、シグネチャーが存在感を発揮するビッグリング。上下をふちどる小粒のラインストーンで、華やかさ最上級に。パヴェ シグネチャー エナメル リング¥19,950

ラインストーンで彩った ハート＆ストロベリーに一目惚れ

左から、クリアストーンがぎっしりのハートペンダントは、ころんとしたフォルムが持ち味。小さなプレートと一緒に胸元でキラキラ輝いて、ドレスアップを後押し。スターリング シルバー パヴェ ハート ペンダント¥25,200、ストロベリーモチーフのネックレスは、ピンクのラインストーンを使用。見ているだけで癒される、お茶目なルックスに胸キュン。スターリング シルバー ミニ パヴェ ストロベリー ネックレス¥25,200

デイリーに身につけたい 最愛リングコレクション

上から、ロゴが連なった軽やかなリングで。スターリング シルバー ロウワー ケース コーチ スクリプト リング¥12,600、シルバーリングにロゴを浮き上がらせた、リュクスな逸品。スターリング シルバー コーチ バンド リング¥16,800、ラメのスターモチーフがキャッチー。スターリング シルバー グリッター スター リング¥15,750、ナローリングで華奢な指先に。スターリング シルバー ミニ パヴェ スターリング¥18,900

ギフトにしたい スペシャル小物が満載

大好きな彼や女友達へのプレゼントに最適な、ラグジュアリー小物をピックアップ！　メンズ用ウォレットから香水まで、コーチを堪能できるクラス感あるアイテムを網羅！

メンズらしいハードさが魅力！ オプ アートの革小物

上から、オプ アート レザー ポケット ウォレット [19×10／0、7、カード14] ¥39,900、オプ アート レザー コイン ウォレット [10×11／0、5、カード3] ¥33,600、オプ アート レザー ラージ カード ケース [7×11／0、2、カード3] ¥23,100

さわやかで男らしい メンズ用フレグランス

清潔感のある柑橘系の香りは、ビジネスシーンにもマッチ。高級感あるスクエアボトルもクール。Coach for Men オードトワレ（100㎖）¥9,450

ソフトな感触を堪能できる 極上のカシミアマフラー

カシミア100%ならではの上品な肌触り。見せることを想定し、裏面はロゴも配色もそのまま反転。コーチ ベーシック ジャージー ボーダースカーフ¥29,400

機能的でシンプルな時計は どんなシーンでも活躍

重厚感あるブラックメタルが男らしい、シンプルな腕時計。矢印の分針がユニーク。見やすい文字盤も◎。ヴァリック IP ブレスレット（メンズウォッチ）¥91,350

バングル感覚でつけたい シャイニーウォッチ

左から、文字盤、針まですべてゴールド。ゆれる星チャームがユニーク。Phoebe GP バングル（ウォッチ）¥66,150、ナローベルトと大きめ文字盤のコントラストが新鮮。Brigit SS ストラップ（ウォッチ）¥35,700

ハッピーオーラ全開の ハートモチーフチャーム

左から、パテント レザー ループ ウィ メル チャーム ランヤード¥8,400、シ ャー パテント レザー ハート ピクチャ ーム キーフォブ¥8,400、パヴェ ス ハート キーフォブ¥10,500

POPPY NEWS をチェック！

大人気ポピーコレクションから、とっておきの最新情報をお届け！　待ちに待った限定アイテムも！

News.1

春夏デビューのポピーから 人気上位アイテムをご紹介！

No.1

コレクションデビュー以来 No.1のヒットバッグがコレ！

斜めがけもできる2WAYバッグ。コーチ ポピー シグネチャー サティーン Groovy[16×30×9／1、2] ¥34,650

上から、お仕事シーンに活躍する容量大の上品バッグ。コーチ Poppy シグネチャー サティーン Spotlight [28×25×10／3、3] ¥52,500、メタリックレザーも大人っぽい。コーチ Poppy レザー Spotlight [28×25×10／3、3] ¥59,850、カラフルなアップリケで個性をアピール。コーチ Poppy ポップ C アップリケ Groovy [16×30×9／1、2] ¥39,900

カードケースや名刺入れなど ゴールド小物が大人気☆

上から時計回りに、コーチ Poppy シグネチャー コンパクト クラッチ [10×14／1、4、カード8] ¥35,700、コーチ Poppy シグネチャー スモール ウォレット [10×13／2、1、カード4] ¥16,800、コーチ Poppy レザー スモール ウォレット [10×13／1、1、カード4] ¥16,800、コーチ Poppy シグネチャー ミディアム スキニー [9×13／1、1、カード3] ¥9,450、コーチ Poppy レザー ミディアム スキニー [9×13／1、1、カード3] ¥9,450

News.2

クリスマス限定のキュートな 「ポピーちゃん」トートが登場！

スパンコールやビーズがあし れた楽しさいっぱいのトートに 大人の遊び心満載。左から、 pper Poppy-chan トート [3 35×5／0、3] ¥33,600、 rry Poppy-chan トート [3 35×5／0、3] ¥33,600

News.3

クリスマスにぴったり！ ポピーウォッチも登場

左から、カジュアルに使いたいポピーロゴが描かれた赤いフェイスの時計。サイドが赤いホワイトエナメルのベルトが、さわやかな印象。ポピー SS ストラップ¥30,450、文字盤を囲むラメ入りクリアリングがインパクト大。Emma ストラップ（ウォッチ）¥45,150

ポピー コレクション

Poppy Collectionのハッピーな LOVEバッグ

ポピーコレクションの中から、新鮮さで目を奪われること間違いナシの最新シリーズをご紹介。持っているだけで自慢できちゃう可愛さに、誰もがノックアウト!

メタリックロゴが映える鮮やかレッドパテント

上から時計回りに、コーチ Poppy フラワーチャーム¥ 850、コーチ Poppy パテント コンパクト クラッチ [10× 4/0、1、カード8] ¥37,800、コーチ Poppy パテント モール ウォレット [10×13/1、2、カード4] ¥16,800、ーチ Poppy パテント リストレット [10×15/0、0] ¥ 2,600、コーチ Poppy パテントID スキニー [7×11/0、1、ード2] ¥9,450、コーチ Poppy パテント ペンシル ケー [9×21/0、0] ¥12,600

シグネチャーとタータンチェックがドラマティックにミックス

ひと味違う冬のトラッドスタイルを目指すなら、シグネチャー柄入りタータン地のバッグがおすすめ。レザートリミングで高級感も健在。上から、コーチ Poppy タータン Glam [31×42×10/2、3] ¥42,000、Randy (フラットシューズ) ¥29,400、コーチ Poppy タータン Groovy [16×30×9/1、2] ¥34,650

着こなしのアクセントにしたいアメジストカラーの機能美バッグ

から、着脱可能なストライプのキャバスショルダーストラップが、スポーティな雰囲気を醸し出す。コーチ Poppy パテント Book Tote [25×38×/3、5] ¥69,300、書類も荷物もくさん入るベーシックデザインのバッ コーチ Poppy パテント Glam [31 2×10/2、3] ¥49,350、立体ポケットが3つついた収納力抜群の2WAYバッグ。コーチ Poppy パテント ポケット ラージ Spotlight [38×40×15/ 3] ¥73,500

My favorite Poppy Collection!!

元気をくれるメタリックピンクのスポットライトでカジュアルに！

ハッピーでエネルギッシュなメタリックのフューシャピンクは、持っているだけでテンションアップ！　ミニパーチブルストラップ付きで、シーンにあわせて自由に持ち方を変えられるのが魅力。コーチ Poppy レザー Spotlight［28×25×10／3、3］¥59,850／コーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）ストライプシャツ¥13,650／イエナ スローブ（イエナ心斎橋店）　サスペンダー付きパンツ¥18,900／アウラ アイラ（ドラスティック）

大人っぽいデザインと驚きの軽さに脱帽！

ブルーレザーのパイピングが光沢のあるシグネチャーキャンバスと好相性。コーチ Poppy シグネチャー サティーン Spotlight［28×25×10／3、3］¥52,500

アクセントになるタータンチェックのミニバッグ

チェック柄バッグは、シンプルスタイルのアクセントに。上から、取り外せるショルダーで斜めがけも可能。コーチ Poppy タータン スウィング バッグ［15×22×3／1、1］¥24,150、ハンドルを取り外してポーチとして使ってもOK。コーチ　Poppy タータン ラージ リストレット［12×20×3／1、0］¥19,950

休日のお供にベストなポシェット＆ミニ財布

左から、上品マテリアルと丸いフォルムのコントラストが旬。オフシーンで出番最多予想の使いやすい2WAYバッグ。コーチ Poppy シグネチャー サティーン Groovy［16×30×9／1、2］¥34,650、コーチ Poppy シグネチャー スモール ウォレット［10×13／1、0、カード4］¥16,800

ヘビロテ確実！2WAYで使いやすいグルーヴィー

丸みのあるフォルムがキュート。取り外し可能なストライプショルダーで斜めがけも。コーチ Poppy レザー Groovy［16×30×9／1、2］¥39,900

クールなブラック
ポピーならキュート

お仕事バッグとして活躍する
ナメルトート。ポケットが充実
ていて中身を整理できるのが
しい。コーチ Poppy パテン
Book Tote[25×38×10／3、
¥69,300

ホ[illegible]
総[illegible]

存在[illegible]のシ[illegible]なキラキラブラックスパンコールは[illegible] コーチ [illegible]ppy シークイン Spotlight [28×[illegible]]（コーチ カスタマーサービス・ジャパン）
レース×チュチュのベルト付きワンピース¥82,425／アリス オリビア（リトルニューヨーク 明治通り店）
レース編みタイツ¥3,570／ルック フロム ロンドン（スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店） パールリング¥[illegible],140、ビジューリング¥[illegible]50／ともにハナーズ[illegible]ット（ブティック[illegible]） 羽根カチューシャ／スタイリスト私物

19page.com

…スさ
…ッグ

…ポーチ
…ミニ フラ
…ージョン
クロスボディー［11×14×2／0、0］¥58,800、コーチ
オケージョン シークイン ポーチ［14×24×2／0、2］¥3
すべてコーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）
ワンピース¥72,450／ベッツィー ジョンソン（リトルニュ
明治通り店） ネックレス¥14,700、ブレス¥8,925／と
スチュアート（ヴァンドームヤマダ） ヘッドリボン／スタイ
物

19page.com

COACH BOOK♥

2009 Winter

Welcome to Party

(クリ)スマス&年末年始のホリデーシーズン
(を前)面にした、ハッピームードいっぱいのコ
(ーチ)の最新コレクションをお届けします。
(バ)ッグのほか、財布やポーチなどの優秀
(小)物も数多くラインナップ!

/[model]Satoru Kikuchi(dynamic)、
Yutaka Tada(REV.INC)
g/Kasumi Kato
Make-up/Mikako Kikuchi(No.9)
ration/Kuniyuki Sasaki
/Mikiko Yano

(掲)載されているコーチの商品のお問い合わせ先は、
・カスタマーサービス・ジャパンです。☎0120-556-936
(その)他の商品のお問い合わせ先はP.158です。
(バ)ッグのサイズは[タテ×ヨコ×マチ/外ポケット数・内ポケット
(数)]で表記。
(財)布のサイズは[タテ×ヨコ/外ポケット数・内ポケット数・カー
(ドポケ)ット]で表記。

コーチと楽しむ Special Party♥

Poppy(ポピー) Girlの Party Style

大人気ポピーコレクションから、パーティシーンを彩る華やかなバッグをご紹介! 可愛さがはじけています♪

今[illegible]
カ[illegible]

女の[illegible]をオン[illegible]から、コーチ Poppy タータン Groovy [16×30×9/1、2] ¥34,650、コーチ Poppy タータン Spotlight [28×25×10/3、3] ¥52,500、頭につけたラインストーンネックレス¥33,600、ラインストーンブレス¥29,400/すべてコーチ(コーチ・カスタマーサービス・ジャパン)
スパンコールワンピース¥14,700/スピック&スパン(スピック&スパン BC SALON 渋谷店)

19page.com

人気のゆる可愛
コーデも……

コートを羽織るだけで
やせ見えします！

黒のAラインコートなら
たちまちすっきりボディに

ウエストに寄せたギャザーが
ウエストやせ見え効果を大発揮！

〈右〉フード取り外し可能。コート（ボアライナー付き）¥51,450／クローラ（アクアガール新宿）　ニットチュニック¥16,800、ノースリーブブラウス¥16,800／ともにジル スチュアート　キュロット¥6,930／ココ ディール　バッグ¥17,325／サマンサベガ（サマンサベガ プランタン銀座店）　パンプス¥18,375／モザイク バー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）　タイツ¥2,940／ロペ　〈左〉コート¥29,400／ジョイアス　タートルネックニット¥3,045／ローリーズファーム（ポイント）　スカート¥14,490／バビロン　ネックレス¥4,725／ロペ　バッグ¥40,950／ケンケンケン（シップス 有楽町店）　ブーツ¥30,450／メダ（モード・エ・ジャコモ）　タイツ¥1,050／17℃（17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店）

**全種類のコートの
やせ見え実験に協力しまし**

垰 智子さん（IT関連勤務・26歳）
伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務・25歳）
宇野泰子（メーカー勤
平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）
堀江由利子さん（出版社勤務・23歳）

問い合わせして賢くお買い

体型にぴったりの
やせ見えコートは
こうやってGET!

**①まずはsteady.で
お気に入りのコートを
チェック!**

コートのブランド名（メーカー名）をクレ
ットでチェック！ 今
は商品の近くに問い
わせ先が書いてあ
調べるのも楽ちん。

**②電話で問い合わせす
際、必ずサイズ展開と
着丈を聞こう!**

いきなりお店に直行
るより、自分にあう
イズか事前に確認し
おくと手間が省けて
買い物上手に！ 着
の確認も忘れずに。

ぜひお問い合わせください

組曲プレス
伏谷絵麻さん

**コートはお気軽に
お問い合わせくださ**
気に入ったコートは掲
の電話番号にお気軽
問い合わせください！
の際、着丈やカラー展開
サイズ展開も確認する
とができます。お近く
店舗のご紹介もしてい
す。店舗にお取りおき
たコートは来店して試
するのがおすすめです

**全てのコートが
問い合わせ
OKです！**

読者1000人のほしいコートで −3kg やせ見え！

みんなの“着やせコート”ランキング！

今年もそろそろコートのシーズン。可愛いルックスは当然のこと、着やせできることが選ぶ際の大前提！ 気になる一着を見つけたら、まずは問い合わせてみて！

撮影／［人物］清水尚子、［静物］片岡 祥（PPI）、［読者］関戸聡子　スタイリング／為井真野（kind）
ヘア＆メイク／中村未幸（roraima）　モデル／平野由美、美優　取材・文／片山幸代

●掲載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

…やせ Aラインコート

ダントツ1位を獲得したのは、女のコらしくて体型カバー力抜群のAラインコート！ 黒などの濃い色で着やせ効果を狙うのが今年流。

野中優子さん
(保険会社勤務・27歳)
どんな服ともあわせやすいし、着やせできるのでヘビロテします！

倉形まなみさん
(医療関係・27歳)
Aラインコートを着た日は「やせた？」とみんなに聞かれます♪

旬と軽やかさを両立できるフレアの7分袖

大胆なチェック柄でメリハリ効果をさらに強調！

コートを羽織って
ー3kg!

中身はこう！

-1kg 広がりシルエットで **体型カバー**

-1kg 濃い色で **引き締め効果**

-1kg 短め丈で **脚細見え**

…で試着しました！

…当に着やせします！

…寿賀子さん
(…代理店勤務・25歳)

大好きなふんわりワンピとも好相性

ふんわりワンピを着ていても、コートを着ただけで全体がスッと締まって見えるんです！

今スグTEL!

ルージュ・ヴィフ
Rouge vif
お問い合わせ先
☎03-5456-8898
(アバハウスインターナショナル)

…〈右〉コート¥50,400／ジル スチュアート ワンピース¥5,460／プロポーションボディドレッシング 3連ネックレス¥1,890／ビーアンエンジェル バッグ¥6,195／ジェネリーク(パサージュ ミニョン) ブーティ¥7,980／ヘザー(ポイント) タイツ¥840／靴下屋(タビオ)〈左〉コート¥39,900、バッグ¥10,500／ともにルージュ・ヴィフ(アバハウスインターナショナル) …ングニット¥14,700／アナトリエ(アナトリエ…南店) 中に着たキャミソール¥5,880／ラ…ス ルーチェ(ビームス タイム) スカート¥12,390／イエナ スローブ(イエナ 心斎橋店) …ーツ¥10,290／ディップドロップス(オンワード樫山) タイツ¥1,890／リディ(福助)

今スグTEL!

ジル スチュアート
JILL STUART
お問い合わせ先
☎03-5467-1827
(ジル スチュアート)

19page.com

錯覚やせAラインコートってこういう形！

-1kg 広がりシルエットで **体型カバー**

おなかやヒップはふん[illegible]コンパクトな肩まわりで華奢感[illegible]

-1kg 濃い色で **引き締め効果**

奥行きのあるダークカ[illegible]フレア型でも全身がほっそりとした雰囲気に。

-1kg 短め丈で **脚細見え**

丈はひざ上〜太ももまでがベスト！ 幅広なコートのスソとの対比で実力以上に脚細に。

合計ー3kgやせ!

やせ見えコート 第1位

締め色＆コンパクトな形が美スタイルへ導く 錯覚

表情のあるヘリンボーンで黒コーデをおしゃれに格上げ

中身はこう！

コートを羽織って
−3kg!

オピュール
Oppure
お問い合わせ先
☎03-5321-9939
（シャンデリエ新宿）
今スグTEL!

コート¥36,750／オピュール（シャンデリエ新宿）　ニット¥4,095／ローリーズファーム（ポイント）　デニムパンツ¥9,240／ヴィニー、ストール¥5,040／イネド、ロンググローブ¥9,450／ル スーク（すべてフランドル）ネックレス¥6,300／ロペ　バッグ¥10,290／ディグレース（ピー・エックス）

重心がグッと上がる立体的なショールカラー

コートを羽織って
−3kg

コート¥47,040／LHS ブロンディ（ブロンディ渋谷店）　ニット¥8,400／プラカード バー ローズ、スカート¥16,800／リヴィジテーション（ともにアバハウスインターナショナル）中に着たキャミソール¥6,825／スピック&スパン（スピック&スパン BC SALON 渋谷店）バッグ¥22,050／バイオレットハンガー（バイオレットハンガー マルイシティ渋谷店）　パンプス¥17,325／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）タイツ¥1,575／あったか満足（福助）

LHS ブロンディ
LHS blondy
お問い合わせ先
☎03-5464-2792
（ブロンディ渋谷店）

中身はこう！

縦長なスタンドカラーはスタイルも印象も知的！

コートを羽織って
−3kg!

イーハイフンワールドギャラリー
E hyphen world gallery
お問い合わせ先
☎03-3746-0833
（イーハイフンワールドギャラリー 原宿）
今スグTEL!

コート¥8,998／イーハイ
ルドギャラリー（イーハイ
ルドギャラリー原宿）
¥5,985／フリーズ マー
ズ マート 自由が丘店）
¥11,550／エロディ ネ
レンカ¥1,890／ヴィニー
ランドル）
バッグ¥25,725／サマン
デラックス（サマンサタバ
クス表参道GATES店）
¥2,990／キャンディッシ

ココ ディール
COCO DEAL
お問い合わせ先
☎03-3794-6800
（ココ ディール）
今スグTEL!

金ボタンがメリハリのアクセントに。腰下はタックでふんわり。¥16,800／ココ ディール

組曲
お問い合わせ先
☎03-5476-5811
（オンワード樫山）
今スグTEL!

広がりすぎないスソは辛口派にも最適。ファーは取り外しOK。¥43,050／組曲（オンワード樫山）

グローバル ワーク
GLOBAL WORK
お問い合わせ先
0120-601-162
（ポイント）
今スグTEL!

肩を覆うほどのビッグカラーは小顔効果も期待大なんです！¥10,290／グローバルワーク（ポイント）

コキュ
COCUE
お問い合わせ先
☎03-5117-2711
（コキュ）
今スグTEL!

大きな丸えりやクルミボタンが視線を集めて着やせに効果あり。濃淡グレーで立体的。¥20,790／コキュ

19page.com

ミリタリーコート

ダボッとしたイメージが強いミリタリーコートですが、ウエストシェイプ型を選べば「細いところは細く」を主張できる優れものなんです。

平川ちひろさん
(メーカー勤務・27歳)

"ウエストのヒモを絞るだけ"のテクニックいらずなのがうれしい

竹田ちなつさん
(出版社勤務・26歳)

ゆる可愛でもスタイルよく見えるからデートの日も活躍できます。

細見えミリタリーコートってこういう形!

kg えりもとファー ORフードで 小顔見え!

ーやフードのように大きく立体的なものがあ
とでフェイスラインがシャープに。

kg ウエストシェイプ型で ウエストやせ

は防風対策のための引きヒモですが、女
いウエストラインを作るのにもひと役!

kg お尻を隠して ヒップやせ

ストからふわっと広がったヘムラインが
なるヒップまわりを完璧にカバー!

合計 ー3kgやせ!

中身はこう!

コートを羽織って ー3kg!

s

お問い合わせ先
-6438-0589
)

ールライナー付き)¥26,040/
ブラウス¥9,975/ルビーリ
ビーリベット 有楽町) スカー
/スウィーナ by アース ミュー
ース ミュージック&エコロジー
プレミアム ストア六本木ヒルズ
グネックレス(参考商品)/ピン
バッグ¥6,930/サック ブー
0/ダイアナ(ダイアナ 銀座本
ツ¥630/エフィング(福助)

中身はこう!

コートを羽織って ー3kg!

-1kg えりもとファー ORフードで 小顔見え!

-1kg ウエストシェイプ型で ウエストやせ

-1kg お尻を隠して ヒップやせ

P.75で試着しました!

本当に着やせします!

垰 智子さん
(IT関連会社勤務・26歳)

ウエストシェイプで確実に細さを演出
ゆったり感が特徴のコートですが、軽やかな素材ということもあって体が細く見える!

今スグTEL!

ジル スチュアート
JILL STUART
お問い合わせ先
☎03-5467-1827
(ジル スチュアート)

袖口にもファー付き。コート(ボアライナー付き)¥29,400/ジル スチュアート チュニック¥10,290/スリーフォータイム(ジオン商事) デニムパンツ¥6,993/アース ミュージック&エコロジー(アース ミュージック&エコロジー新宿) ストール¥26,250/ジェーン カー(シップス 有楽町店) バッグ¥9,975/ロペ パンプス¥13,125/インディヴィ

やせ見えコート第2位

計算済みのギャザーとソフトな素材感が肝！

細見

今スグTEL!

ラクレーム アバハウス・ドゥヴィネット

la cream Abahouse Devinette

お問い合わせ先

☎03-5456-8898

(アバハウスインターナショナル)

コート（ボアライナー付き）¥27,300／ラクレーム アバハウス・ドゥヴィネット（アバハウスインターナショナル）　ニット¥14,700／イエナ（ル ドーム イエナ丸の内店）　スカート¥5,145／ヘザー（ポイント）　バッグ（参考商品）／ユナイテッドアローズ グリーンレーベルリラクシング 品川店　ブーツ¥34,650／ルージュルー（メゾン ルージュ）　タイツ¥1,890／リディ（福助）

今スグTEL!

ロペ

ROPÉ

お問い合わせ先

0120-298-133

(ジュンカスタマーセンター)

ダウン入りもナイロンなら着膨れして見えません。ファー&フードは取り外し可能。¥24,150／ロペ

今スグTEL!

エニィ スィス バイ クミキョク スィス

anySiS by KUMI KYOKU SiS

お問い合わせ先

☎03-5476-5811

(オンワード樫山)

パーカーのライナー付き。¥19,950／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

今スグTEL!

アース ミュージック&エコロジー

earth music & ecology

お問い合わせ先

☎03-3349-5676

(アース ミュージック&エコロジー新宿)

¥11,991／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

今スグTEL!

ヴェールダンス

Vert Dense

お問い合わせ先

☎03-5467-4641

(ヴェールダンス)

大きなポケットが腰まわりをすっきりとカバー。ボアライナー付き。¥12,600／ヴェールダンス

コート（ニットパー
ー付き）¥34,650
ワード 樫山）
¥17,640／フリー
（フリーズ ショッ
ルネックニット¥8,
（フランドル）
00／サマンサタバ
ス（サマンサタバサ
表参道GATES店
¥40,950／リコフ
ウール・ド・オフェ
ツ¥735／チュチュ

今スグTEL!

組曲

お問い合わせ先

☎03-5476-5811

(オンワード樫山)

コート（ボアライナー付き）¥11,497／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）　チュニック¥14,700／ディグレース（ビー・エックス）　ショートパンツ¥16,800／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）　バッグ¥15,750／ポイズン プリュ（ノーリーズコレットモザイク銀座阪急店）　ブーツ¥22,050／インディヴィ　タイツ¥630／エフィング（福助）

ライフ ドルチェ ラボ

LIFE DOLCE LA

お問い合わせ先

☎03-6383-2717

(ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座)

19page.com

やせ見えコート第3位

端正な切り替えがスマートさを後押し

スッキリIライン ツイードコート

かさ張る印象のあるツイードも「ノーカラーならすらっと見える」と上位にランクイン！ レディな雰囲気まで手に入って一石二鳥。

上村菜津子さん
(金融関係会社勤務・23歳)

流行を押さえていて、しかもやせて見える大満足なコートです！

5で試着しました！

本当に着やせします！

堀江由利子さん
(出版社勤務・23歳)

無駄のないラインが体型を補正します！
縦長を強調する縁どりに加えてストンとした形なので、どんな服に重ねてもほっそり！

異素材ディテールだから黒に立体感が加わる

フリーズ ショップ
FREE'S SHOP
お問い合わせ先
☎03-3409-0512
(フリーズ ショップ 渋谷店)
今スグTEL!

つやボタンとファーがリズムをプラス。えり開きコート(袖口ファー付き)¥27,300／フリーズ ショップ　ニット¥4,494／ライフ ドルチェ ラボ(ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座)　スカート¥16,590／サロン デュ ラ トリニーテ　2連ネックレス¥10,500／プラス ヴァンドーム(プラス ヴァンドーム 池袋西武本店)　バッグ¥28,350／スタイル 81(クイーポ)　タイツ¥2,940／ブロンドール(ブロンドール 新丸ビル店)

中身はこう！

コートを羽織って−3kg!

-1kg ノーカラーで **小顔見え**

-1kg Iラインで **全身細見え**

-1kg お尻を隠して **ヒップやせ**

シルバーラメの縁どりがキリリとした表情を加味

アナカ
Unaca
お問い合わせ先
☎048-647-5888
(ミニョン ルミネ大宮店)
今スグTEL!

手首が見える袖の丈感もポイント。コート¥39,900／アナカ(ミニョン ルミネ大宮店)　ニット¥13,650／メルローズ　スカート¥12,600／エロディ ネルソン(フランドル)　バッグ¥47,250／サマンサタバサ(サマンサタバサデラックス 新宿GATES店)　ブーツ¥40,950／バビロン　タイツ¥1,995／フェルゥ(オンワード樫山)

ッキリIラインツイードコートってこういう形！

kg ノーカラーで **小顔見え**
引きにゆとりを持たせることで程よい抜が生まれ、顔がキュッと小さく見えます。

kg Iラインで **全身細見え**
りを抑えた身頃や前立てに施した縁どり ラインを際立たせて細身の印象に。

kg お尻を隠して **ヒップやせ**
ように丸い胴回りが奥行き感を出し、シルなのにヒップが目立ちません！

合計−3kgやせ!

ルド糸の輝きでネイビーの真面目払拭。¥40,950／ラピス ルーチェ ームス タイム)

ルーチェ
PIS LUCE
合わせ先
3-3780-5501
ス タイム)
今スグTEL!

アルアバイル
allureville
お問い合わせ先
☎03-5739-3423
(アルアバイル)
今スグTEL!

サックスブルーの差し色でモノトーンに躍動感が生まれます。¥47,250／アルアバイル

どりには毛足の長いフリンジを施しあり、黒でも華やかに着こなせます。24,990／ジョイアス

ジョイアス
Joias
お問い合わせ先
☎03-6438-0589
(ジョイアス)
今スグTEL!

メルローズ
MELROSE
お問い合わせ先
☎03-3464-3310
(メルローズ)
今スグTEL!

黒の分量が多いチェック柄なら着こなしやすい。丸えり共布マフラー付き。¥39,900／メルローズ

インディヴィ
INDIVI
お問い合わせ先
☎03-5117-2711
(インディヴィ)
今スグTEL!

前後にダーツを配してあり、シルエットの美しさは折り紙付き。¥37,800／インディヴィ

イエナ
IÉNA
お問い合わせ先
☎03-6212-2465
(ル ドーム イエナ丸の内店)
今スグTEL!

縁どりに配した黒のシフォンが締め色に。¥35,700／イエナ(ル ドーム イエナ丸の内店)

アナディス
d'un a dix
お問い合わせ先
☎045-441-1484
(アンシェヌマン ルミネ横浜店)
今スグTEL!

メタルボタンでクールな印象に。¥46,200／アナディス(アンシェヌマン ルミネ横浜店)

19page.com

やせ見えコート 第4位

ウエストベルトが瞬時にメリハリを形成

美シルエット トレンチコート

大人っぽいだけでなく、着やせ偏差値も高いトレンチコート。生地にハリのあるものが多く、明るい色でもシャープに見えちゃいます。

厚手のアイテムを着る日はトレンチコートで着膨れを防いでいます。

古月里奈さん（商社勤務・2…）

ラインを引き立てる黒なら着やせパワーも倍増！

コートを羽織って −3kg!

P.75で試着しました！

本当に着やせします！

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

体型までスタイルよく形作ってくれる

細く見えるだけじゃなく胸ラインがキレイ！ 誰でも自信の持てるスタイルを作ってくれます。

コート¥17,640／プロポーション ボディドレッシング　カットソー¥11,025／ビッテン アップル（ブロンディ 渋谷店）　キュロット¥7,980／ルゥ デ ルゥ　ネックレス¥13,650／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）　バッグ¥18,375／サマンサベガセレブリティ（サマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店）　パンプス¥13,440／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）　トレンカ¥1,575／靴下屋（タビオ）

プロポーションボディドレッシング
PROPORTION BODY DRESSING
今スグTEL!
お問い合わせ先
☎03-5467-9621
（プロポーションボディドレッシング）

-1kg きれいに立ったえりで **小顔見え**

-1kg ベルトで **ウエストやせ**

-1kg 体全体をカバー **全身細見え**

ウエストの細さが視線をキャッチしてスタイルアップ

コートを羽織って −3kg!

美シルエットトレンチコートってこういう形！

-1kg きれいに立ったえりで 小顔見え

しっかりしたえりとV開きになった胸もとの相乗効果で、「顔幅は細く、首は長く」が実現！

-1kg ベルトで ウエストやせ

体のいちばん細い部分をマークすることで、他も「細い」と錯覚させることが可能に。

-1kg 体全体をカバー 全身細見え

ひざ上丈が多いから、腰まわりやヒップやはもちろん太ももまで目隠しできます。

合計−3kgやせ!

コート（ライナー付き）¥25… グリーンレーベル リラク…（ユナイテッドアローズ グ… レーベルリラクシング …） ワンピース（ベルト付き）… ／フリーズ マート（フリー…ト 自由が丘店）　タート… カットソー¥1,500／ユニ… バッグ¥4,410／ナチュラ… ーティーベーシック　ブ… 9,950／イネド（フランド…） イツ¥630／チュチュアン…

グリーンレーベル リラクシング
green label relaxi…
お問い合わせ先
☎03-5791-5325
（ユナイテッドアローズ グリーンレーベルリラクシング …）

ベルト付きえりでスタンドカラーにも変身。¥27,300／ビームス ボーイ（ビームス ボーイ渋谷）

ビームス ボーイ
BEAMS BOY
今スグTEL!
お問い合わせ先
☎03-5458-4129
（ビームス ボーイ渋谷）

組曲
今スグTEL!
お問い合わせ先
☎03-5476-5811
（オンワード樫山）

えりもとのフックを留めればいっそうクール！ ライナー付き。¥29,400／組曲（オンワード樫山）

エルディープライム
LD prime
今スグTEL!
お問い合わせ先
0120-331-381
（エルディープライム）

ガーリーな光沢ピンク。ファーは取り外し可能です。¥29,400／エルディープライム

スウィーナ by アース ミュージック
sweena by earth music
今スグTEL!
お問い合わせ先
☎03-5770-5050
（アース ミュージック&エコロジー スーパー プレミアム ストア六本木ヒルズ店）

¥35,994／スウィーナ by アース ミュージック（アース ミュージック&エコロジー スーパー プレミアム ストア六本木ヒルズ店）

大きなえりでフェミニン度が上昇。¥19,800／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）

ボナジョルナータ
BUONA GIORNATA
今スグTEL!
お問い合わせ先
0120-114-563
（ファイブフォックス）

アルアバイル
allureville
今スグTEL!
お問い合わせ先
☎03-5739-3423
（アルアバイル）

ダブルステッチでえりが型崩れしにくい。ウールのライナー付き。¥44,100／アルアバイル

ヴィニー
Vigny
0120-29…
（フランドル）

ソフトな光沢が…レガントな雰囲…します。中綿ライ…き。¥17,640／ヴ…（フランドル）

ー・バイ・ビューティフル・ピープル
今スグ TEL!
terday by utiful people
合わせ先
3-5456-4630
ーランド)

0,900/イエスタデー・バイ・ビューピープル(トゥモローランド) ブ5,750/スピック&スパン(スピッ BC SALON 渋谷店) タートニット¥4,830/ナチュラルビューーシック ショートパンツ¥11, ビームス(ビームス タイム) バ90/アクシーズファム(アイジーイツ¥2,520/ショセット(タビオ)

きゃしゃ見えピーコートってこういう形!

-1kg 大きなえりで **小顔見え**

幅の大きいえりやラベルが遠近効果を発揮して顔を小さく! えりもとの抜け感もポイントに。

-1kg コンパクトシルエットで **きゃしゃ見え**

ジャケットのようにウエストシェイプやダーツが施されてあり、見た目よりもすっきり!

-1kg 濃い色で **引き締め効果**

重厚感あるウールなので明るい色では膨張しがち。黒やダークグレー、ネイビーが最適!

合計ー3kgやせ!

やせ見えコート 第5位

ジャケット風の細身仕立てがコーデを引き締める!

きゃしゃ見え ピーコート

ショート丈ピーコートはどんな身長のコでもすっきり着られる優秀アウター。やせ見えの効力を活かせるダークカラーがおすすめです。

厚手のウールなのに重たく見えず、オンオフともに活用しています。
上野真紀子さん
(IT関連会社勤務・28歳)

P.75で試着しました!

本当に着やせします!

平川ちひろさん
(メーカー勤務・27歳)

ウエストがキュッと細くなったみたい!
寸胴になりそうで敬遠していましたが、ショート丈はラインがとってもキレイでした!

ヴィニー
今スグ TEL!
Vigny
お問い合わせ先
0120-290-370
(フランドル)

コート¥17,640/ヴィニー(フランドル) ニット¥3,990/ヴェールダンス ブラウス¥9,450/RD ルージュ ディアマン スカート¥6,930/ココ ディール バッグ¥40,950/パオロ マッシ(ルージュ・ヴィフ ラクレ代官山店) タイツ¥2,310/ショセット(タビオ)

ーえりで小顔効果は 直線的な身頃で美体ーブ。ファーは取り外し¥9,975/プーラフリーム

リーム
今スグ TEL!
r la frime
わせ先
20-298-133
タマーセンター)

パンセ
今スグ TEL!
pensee
お問い合わせ先
☎03-6826-7001
(サロン デュ ラ トリニーテ)

えりは折ったままでも、立てても使える2WAY仕様。¥51,450/パンセ(サロン デュ ラ トリニーテ)

ネイビーできちんと感も兼備。立体感が出やすいカーブダーツ入り。¥44,100/ラピス ルーチェ(ビームス タイム)

ラピス ルーチェ
今スグ TEL!
LAPIS LUCE
お問い合わせ先
☎03-3780-5501
(ビームス タイム)

200/グリーンレーベルラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベルリラクシング 品川店)

レーベル リラクシング
今スグ TEL!
en label relaxing
合わせ先
3-5791-5325
アローズ グリーンレーベルリラクシング 品川店)

オピュール
今スグ TEL!
Oppure
お問い合わせ先
☎03-5321-9939
(シャンデリエ新宿)

スリット糸が散りばめられ、ほのかにキラキラと輝きます。¥36,750/オピュール(シャンデリエ新宿)

背中のスソにスリットが入っているから、後ろ姿もスマート! 錨ボタンでおしゃれ度も上昇。¥10,290/ヴェールダンス

ヴェールダンス
今スグ TEL!
Vert Dense
お問い合わせ先
☎03-5467-4641
(ヴェールダンス)

スタイリストまややにお任せ！

読者5人が人気コートで着膨れ防止Q&A

ここでは「着膨れして見えがち」という読者の悩みに応えて、スタイリストのまややが好相性なコートをレクチャーしちゃいます！

Q サックワンピを大人っぽくしかもやせて見せたい！

フレア形は可愛いけれど、ウエストシェイプされていないぶん寸胴に見える気が……。

堀江由利子さん（出版社勤務・23歳）

A レイヤード風に着こなせば体型&印象が見違えます

コート¥26,250／クリア インプレッション（フランドル）

まややアドバイス **ツイードの上品な質感もやせ見えをバックアップ**

ツイードがワンピの量感をガード！ スソをのぞかせたコーデならおしゃれ度も上がるし、脚が長く見えます。

Q シフォンの形を崩さずスタイルよくなれますか？

コートでふくらみを抑えちゃうとシワになりそう。だけど、着やせは捨てがたいし……。

伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務・25歳）

A 同じAラインのコートで無理せずほっそりと

コート¥11,550／ロペピクニック

まややアドバイス **ワンピをチラッと見せて脱・地味に！**

コートのスソから軽やかなシフォンや花柄を出すとフェミニンさが漂います。ワンピに限らずスカートでもOK。

Q ビッグシルエットのトップスもスリムにできますか？

黒スカートで引き締め！ でも、コートを重ねるとボリュームが増しちゃうんです。

平川ちひろさん（メーカー勤務・26歳）

A 上半身がコンパクトに見えるショート丈コートを！

コート¥17,850／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

まややアドバイス **上半身を抑えるだけで印象はガラリと変わります**

ピーコートと台形スカートの組み合わせで I ラインが完成！ 重たくならないようグレーを選びましょう。

Q カバーできるものって？

い るワンピだけど、全身がもこもこして見える気がします……。

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

A シャープなシルエットで整えれば見た目もクール

コート¥19,950／ルアコンシャス／クリア インプレッション／ルアコンシャス（フランドル）

まややアドバイス **ワンピ全体をきちんと覆う丈を選んで**

丸みのあるワンピの場合、ハンパ丈コートではアンバランス。インナーが響かないトレンチがおすすめです。

Q なぜか太って見えちゃう

んです。助けて、まややー！

𡌛 智子さん（ 勤務・26歳）

A 程よいボリュームとくびれを足して調整を！

コート（フードは取り外し可能・ボアライナー付き）¥9,975／ディップドロップス（オンワード樫山）

まややアドバイス **全部をタイトにしないことでスタイルが際立ちます**

コートのざっくり感を生かすことでインナーを細身に見せます。足もとをロールアップさせるのも重要です。

19page. com

Love な着まわし30days

カジュアルコーデにトレンドアイテムをミックスした着こなしが得意の美保OLが、ニットがメインの30日の着まわしテクをご紹介。カジュアルからオフィスコーデまで、この冬のマストバイアイテムが見えてきます!

撮影/佐藤きよた[人物]、中村圭介[静物]　スタイリング/為井真野（kind）
ヘア&メイク/中村美幸（roraima）　モデル/田中美保・TAKASHI
取材・文/高崎麻衣　撮影協力/珈琲屋台モトヤエクスプレス、EASE

■掲載商品のお問い合わせ先はP158〜159にあります。
●ヒールの高さはH○で表記。
●バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチを〈H×W×D〉で表示しています。
単位はすべてcm（編集部調べ）。

All about Miho OL♥

（11月号から続きのストーリー）インテリア関連のデザイン会社に勤めて3年が経ち、トレンドにも敏感な25歳。まだまだアシスタントでも、子供の頃からの夢だったインテリアデザイナーを目指して積極的にデザイン案などを提出する日々。少しずつ仕事の楽しさが分かってきた頃、大学時代からの親友・みっこが主催した合コンで出会ったヒトシと付き合うことに。ますます仕事もおしゃれも楽しみたいと思っていたけれど、どちらも雲行きが怪しい様子…。

11/7 Sat

14℃

”デートに備えてお買い物
ちょっと買いすぎ!? ま、いっか。“

Let's go shopping!!

読者に質問!
初デート前日にすることは?

その他 5%
ヘアサロンへ行く 15%
ショッピング 25%
部屋の掃除 12%
何もしない 25%
容サロンへ行く
%
よく寝る 12%

6割の人が自分磨きに時間を使う様子。その他では「座禅」（さきさん・26才）という人も。ココロを落ち着けるにはいいのでしょうか…。

付き合って初めてのデートはやっぱり気合が入っちゃう。フェミニンなワンピ? それともふんわりニット? 雨の中、代官山で気になったショップを全部チェックしてたら買いすぎちゃった。タイツ¥630/エフィング（福助）

ニット5枚だけで 1カ月の着こなしが完成!!

カジュアル系 美保OLの

11/8 Sun

18℃

"初デート♥ カフェで見つめられて照れちゃった"

撮影させていただいたのは…

緑豊かな一軒家 リストランテASO

昭和初期の洋館を改装した一軒家で、阿曽達治総料理長による華麗な美食の世界を堪能できます!

リストランテASO
㊟東京都渋谷区猿楽町29-3
☎03-3770-3690 ㊡なし
[illegible]12:00~[illegible]:30LO [illegible]:00~20:30LO
[illegible]

「カプチーノにシナモンを入れると願いが叶うって聞いたことがあるんだ」って。彼ってクールに見えて[illegible]カワイイ♥ 早速"ずっと一緒にいられますように"[illegible]心の中でお願いしたんだ。タイツ[illegible]840／靴下屋（タビオ）

ジャケット¥27,300、パ
¥12,600、シャツ¥7,98
シューズ¥24,990、ベ
¥5,880／すべてグリーン
ーベル リラクシング、ネ
イ¥7,980／アレッサント
マージ（すべてユナイテ
アローズ グリーンレーベ
リラクシング 丸の内店）

Who's he?

ヒトシくん
不動産会社勤務・27歳

不動産会社に勤務し、宅建資格を所有する27歳。美保と出会った頃は毎日のようにメールのやりとりをしていたのに、付き合い出したと同時に仕事も多忙に。趣味は野球観戦。

カジュアル系OL美保の♥なクローゼット

11/9 Mon

☀ 17℃

"今季はニットが主役♥ 冬のワードローブを紹介します!!"

着まわす5つのニットはコレ!

1 ON・OFF使えるボーダーワンピ

←カジュアルなボーダーもモノトーンなら大人っぽい。ニットで女のコらしい雰囲気も。¥16,800／イエナ（ルドーム イエナ丸の内店）

2 アウター使用もできるロング丈カーデ

→トップのボタンのみ表に出した、コートのようなディテールのロングカーディガン。¥9,345／アパート バイ ローリーズ（ポイント）

3 着まわし力No.1 Vネックニット

←広めに開いたVネックに、七分袖もレイヤードしやすいポイント。カシミアで極上の肌触り。¥14,700／組曲（オンワード樫山）

4 変形スリーブの大きめカーデ

→ゴールドのピンブローチがアクセントになったショールカラー。¥10,500／プラカードバー ローズ（アバハウスインターナショナル）

5 ロープライス♥タートルネック

↑レイヤードに最適なタイトシルエットのリブ編みタートルニット。ベーシックながらもシルバーラメをミックス。¥2,990／ユニクロ

カジュアル系美保の定番クローゼット

ONでも使えるショートパンツ

↑タック入りのショートパンツはスエード風の起毛素材でONにも対応。¥14,700／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）

きちんと感も◎ボウタイ付きシャツ

↓袖のパール風ボタンも女のコらしさを印象づけるプルオーバーブラウス。¥15,750／フーレン（ボワンド ミニヨン　アトレ恵比寿店）

絶妙な丈が人気のテーラードJK

↑ジャケットはオフィスコーデのマストアイテム。今シーズンらしさを入れるなら断然ロング丈! ¥16,800／ルゥ デ ルゥ

小花柄ブラックワンピ

↓ふんわりシルエットの小花柄もブラックベースなら甘すぎず、デイリーに着まわせる! ¥21,000／ディグレース（ピー・エックス）

スタンドカラーのカジュアルコート

↑襟もとのファーやライニング付きでこのお手頃価格は見逃せない! ファーは取り外し可能。¥29,400／ディグレース（ピー・エックス）

シックな印象のティアードスカート

↑クラシカルな秋冬の気分にピッタリなパープルベースのツイード風プリントで、大人っぽさをプラス。¥14,700／アルアバイル

トレンドON! フリンジスカート

↓カジュアルなパーティスタイルにも投入できる、ギャザー入りのフリンジ風スカート。¥14,490／バビロン

スタンドカラーのチェックシャツ

↑カジュアルなブロックチェックにフロントのピンタックでガーリーなテイストもミックス。¥3,990／ローリーズファーム（ポイント）

今年らしいビジュー使いのカットソー

↓ネックラインはブラックリボン&ビジューで飾った七分袖のカットソー。¥7,875／イエナ スローブ（イエナ 心斎橋店）

女のコらしいスリムデニム♥

↑シーズンを問わず、定番アイテムとしてクローゼットに追加したいウォッシュ加工デニム。¥12,390／ドミンゴ（アルアバイル）

ニットコーデに◎ パールネックレス

←サイズ違いのオフホワイトパールにゴールドチェーンがエレガント。カジュアルコーデをグレードアップ。¥12,600／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）

花柄ストールで差をつけて!

←デイリーコーデをランクアップさせる大判ストール。肌触りが抜群のシルク混。¥18,375／エピス（ルージュ・ヴィフ ラクレ代官山店）

ファー小物で上級カジュアルに

→クリップ付きのファーティペットでカジュアルコーデにガーリーなニュアンスをプラスして。¥7,140／ジーナシス（ポイント）

ゴムベルトも冬のトレンド小物

←ウエストマークするならこれくらい太めのベルトがオススメ。スタッズ付きで旬なルックス。¥5,040／ディグレース（ピー・エックス）

グリッターも今季のマストバイ

↓カジュアルコーデの上級アクセントとしても◎。¥12,600〈H8〉／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

クロコ模様でできる女を演出

↓レザー素材にクロコの型押しが大人っぽいショルダーは通勤にも最適なサイズがうれしい。¥30,450〈H25×W37×D12〉／アナイ

シーンを選ばないレースアップシューズ

↑今季のトレンドとしておさえておきたいレースアップ。¥19,950〈H7.5〉／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）

折り返しOKな2WAYブーツ

↑折り返すとムートンのボリューム感がポイントに。¥39,900〈H9〉／アールミューズ（ノーリーズコレットモザイク銀座阪急店）

キルティングフラップのチェーンバッグ

↑冬コーデに映えるシックなデザイン。¥6,930〈H19×W31×D8〉／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

ONやデート、女友達と遊ぶときも使える、着まわし自在のアイテムがワードローブの主役! 特にニットは欠かせないアイテム。今日もニットワンピでモノトーンをベースにコーディネイト! タイツ¥630／エフィング（福助）

19page.com

ポカポカグッズ①

ファー&ボアのルームシューズ

㊧ファーインソール&ポンポン付き¥5,145、㊨オーガニックコットンボア¥6,090／ともにプレシュウ・ジュエ（プレシュウ・ジュエ 表参道店）

11/13 Fri

17℃

"デート中、話題に出た彼オススメのDVDをチェック"

金曜の夜だけど、今日はまっすぐ帰宅。彼のことをもっと知りたくて、「面白いよ」って言ってたDVDをレンタルしてきたんだ。彼と私、笑いのツボが似てるみたい。今度は私のオススメDVDも一緒に見たいな。

11/12 Thu

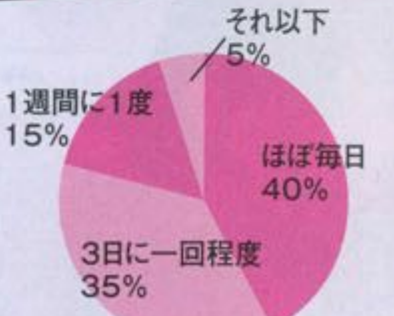
15℃

Well . . .

"「彼氏できたでしょ?」って同期のYUMIは鋭い!"

最近、浮かれてる私を見てピンときたみたい。休憩中にお互いの恋愛事情を報告。YUMIも気になってる人といい感じなんだって! もちろん、コーヒーはシナモン入りのカプチーノ♥ タイツ¥630／チュチュアンナ

読者に質問!
付き合って3カ月以内彼とのメールの頻度は?

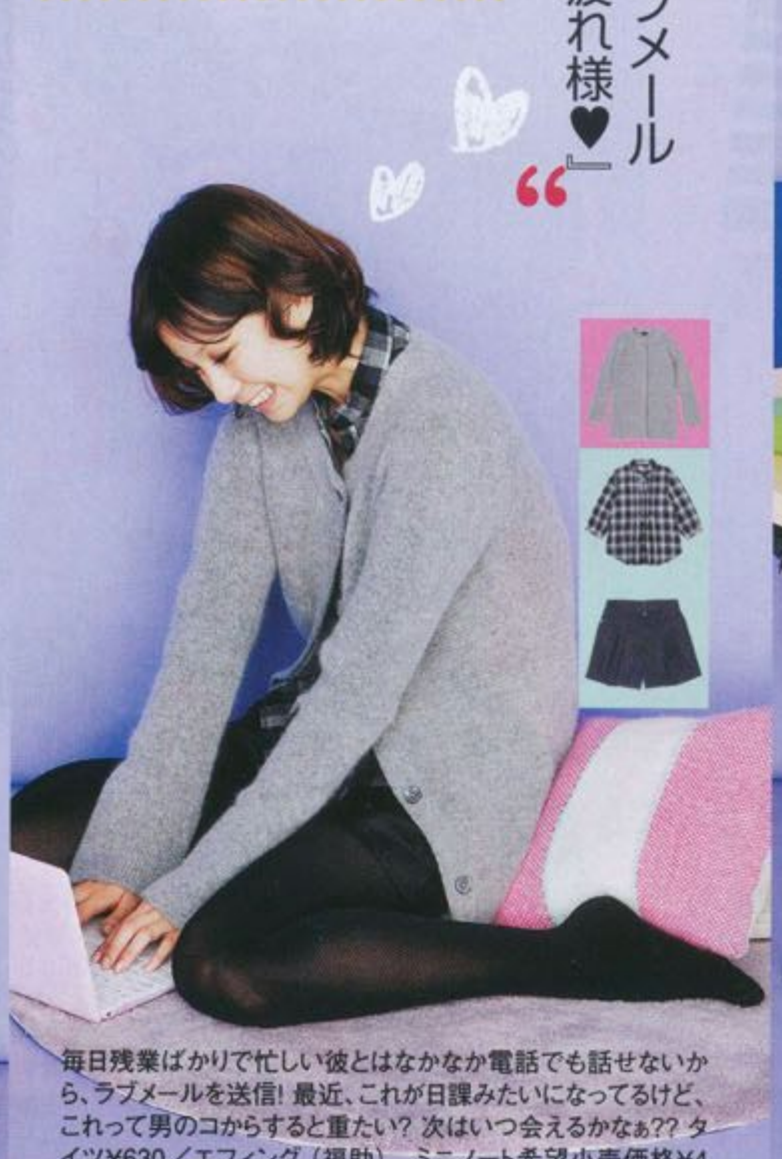


今や1日1回のメールは基本。みんな♥♥。電車の中でメールするときにニヤけている人、気をつけて♥

11/11 Wed

16℃

"帰宅して早速ラブメール『今日も1日お疲れ様♥』"



毎日残業ばかりで忙しい彼とはなかなか電話でも話せないから、ラブメールを送信! 最近、これが日課みたいになってるけど、これって男のコからすると重たい? 次はいつ会えるかなぁ?? タイツ¥630／エフィング（福助） ミニノート希望小売価格¥47,800／ASUS

11/

"仕事が手につかないよ～!!"

ぼんやり考え事ばかりしていたら先輩から頼まれてた仕事を忘れてた! ヒトシのことが頭から離れなくて仕事が手につかないんだよね。そろそろ新プロジェクト会議がスタートする時期だから気を引き締めていかないと!!

19page.com

11/17 Tue

19℃

RRRR…♪

"彼に仕事のことで電話したら「次の休みに相談にのるよ」って!"

昨日のミスを引きずってまだ落ち込み気味。ヒトシの声を聞きたくて電話したら、次の日曜は私の部屋に来て相談にのってくれるみたい! 一気に頑張れる気がしてきた!! タイツ¥2,520／ショセット（タビオ）

11/16 Mon

16℃

Sorry...

"またまたミス!! もしかして恋も仕事も絶不調(泣)?"

単純ミスであや先輩から「気が抜けてるんじゃない?」ってキツイお言葉。仕事に集中しないといけないのに、彼からの連絡は3回メールに1回返信。しかもそっけない…どうしてかな?って頭の中は彼のことばかり…。タイツ¥630／エフィング（福助）

11/15 Sun

15℃

"女に磨きをかけるため仕事も頑張らないと!"

メールで彼から返信『今日はムリ』。日曜なのに彼に会えないなんて…。とはいえ、明日は来年から始まる新プロジェクトの会議があるから資料をまとめてイメージをつかんでおかなきゃ。このプロジェクトが成功したら先輩たちにも認めてもらえるかなぁ。

11/14 Sat

16℃

Mum

"ママとの買い物中に彼ママウケする洋服を相談"

私のママは「気が早いんじゃない?」ってあきれ顔。ホワイトニットカーディガン¥9,975／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山） プリントブラウス¥13,650／エフデ（フランドル）、トレンカ¥1,575／靴下屋（タビオ）

11/18

親友のみっこと家飲み! 彼のことを相談したら…

やっぱり、ガールズトークの本題は"恋愛"。彼からメールの返信もなかなか来ないことを相談したら「言いにくいけど、先週末に女の人と歩いてるヒトを見かけた」って! それって二股? 彼のこと信じていいよね?? その話はみっこのオノロケに…

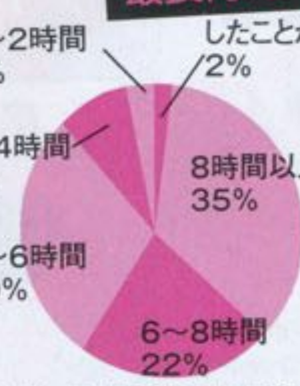
11/19

Really?

彼ってどんなヘアスタイルの女のコが好きなのかな?

つるつるヘアをキープするため、月1のトリートメント&カットは欠かせない! 仕事帰りに行きつけのヘアサロンへ行くと「肌がキレイになった」ってほめられちゃった。恋の効果かも♥ タイツ¥1,470／チュチュアンナ

読者に質問! 恋愛の相談 最長何時間?



「飲みながら」「電話で」の回答が多数。でも、8時間以上どんな会話があるのか気になります♥

11/20

PINK

日曜はバラを飾った女のコらしい部屋でお出迎え!

やっぱり女のコの部屋といえばピンクのバラでしょう! 日曜は初めて彼が遊びに来るから枯れちゃった観葉植物は片付けて…、甘い香りで女のコらしいところもさりげなくアピールしちゃいます! タイツ¥1,050／靴下屋（タビオ）

11/21

明日に備えてしっかり掃除♥

…ワックスがけまで完璧! と思っていたら、レンタル…していたDVDが出てきちゃった。急いで返さなきゃ! その後はお買い物にも行きたいから、OFFコーデもゴムベルトのウエストマークで今年らしく。

19page.com

11/22 Sun 14℃

電話でまさかのドタキャン! 急な仕事ってどういうこと?

…ポカポカグッズ②

下着感がない あったかインナー

赤¥1,995、グレー¥1,995／ともにグリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

食事の後は部屋に来ると思って掃除も頑張ったのに! 花柄ワンピのガーリーなデート服も台無し。先輩が「トッ○ランナー」に出演するから、そのサポートだって…。それってホント? また不安になってきちゃった。

11/23 Mon

15℃

“ダイエット中だけど今日は甘いものも解禁してやる～”

ヒトシのバカバ
ササイズでの
散じゃまだまだ
い。今日はず
てたお菓子だ
いしてやる!! み
た相談にのっ
いと!! プンプン
1,050／靴下屋

11/24 Tue

16℃

“1人場違い？ 会社の送別会でプリプリの『M』を熱唱”

2次会はカラオケへ！ お世話になった先輩がいなくなる寂しさと、彼の疑惑のせいで「M」の世界に浸っていたら、アレアレ？ みんな完全に引いてる…。先輩、ごめんなさい！ タイツ¥630／エフィング（福助）

11/25 Wed

15℃

“同期のYUMIも新たな彼と♥ 会議前にこそこそ密談タイム！”

「気になってた彼と付き合い始めた」とYUMIからハッピーな報告。YUMIの彼・サトシ君のことを聞いていると、ヒトシのことを話してるみたいに共通点ばかり。みっこが見た女の人って…。タイツ¥1,470／靴下屋（タビオ）

11/26 Thu

13℃

“一緒に出張するあや先輩からデザイン案のダメ出し！”

あや先輩に出張先で提案するデザインを見てもらいながら打ち合わせ。「気に入られようとしすぎて美保らしさがない」って、それって何か恋愛のことを言われてるみたい。タイツ¥2,415／17℃（17℃ バイ ブロンドールルミネ 北千住店）

使える！ アイテム

1泊2日の出張にも対応サイズのバッグ！

紫トートセット¥17,850〈H28×W42×D16〉、カーキトート¥16,800〈H28×W46×D17〉／ともにマッキントッシュ フィロソフィー（エリット）

11/27 fri

14℃

“帰宅後は邪念を払うためヨガで身
心もリラックス”

半分の魚族の王のポー

先輩の言う通り、今までは仕事も恋愛もうま
ろうと焦ってばかりで空回りしちゃったのかも。
ガとアロマキャンドルで心を落ち着かせると、
思議とスッキリ。不安もあるけど信じてみよう

11/28 Sat

15℃

読者に質問！
恋愛ストレス解消法は？

1位 ガールズトーク
2位 ショッピング
3位 やけ食い

“それでも待っちゃう彼からの連絡。かけてきて～”

私からかけると迷惑？ steady.の占いによると“今は変化のときで新しいことに挑戦すると吉。先輩の助言は素直に聞くこと”だって。あや先輩のアドバイス通り、私らしさを取り戻すぞ！ タイツ¥1,680／チュチュアンナ

11/29 Sun

14℃

“出張先ではゴルフの予定も。打ちっぱなしで猛特訓”

出張先でのクライアントとのゴルフも仕事のうち。普段はなんでも守りに入る性格だけど、今日は思いきったスウィングで150ヤードも飛んだよ！ タイツ¥1,995／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）

ポカポカグッズ③

ショートボトムとセットで使って！

真冬はコレが大活躍！ 断熱&保温構造レギンス¥3,045／スゴ衣（ワコール）、サーモチェンジャータイツ¥1,575／あったか満足（福助）

11/30 Mon

15℃

“仕事で使うお花を探してると ポケットの中の携帯が…”

シナモン入りカプチーノを飲みながら、インテリアコーディネイトに使うお花を探しに近所のお花屋さんへ。そのとき「次の日曜に会いたい」って彼から電話!! シナモンのおかげ？ タイツ¥1,890／リディ（福助）

19page.com

12/1 Tue

☀ 14℃

”フランス人に話しかけられるもとっさの一言が…“

デザインの参考に洋書を読んでいたから話しかけられたみたい。とっさの一言が出なかったけど、片言でも理解してくれた様子。自分磨きのために「先生になって」とお願いしちゃった。タイツ¥630／エフィング（福助）

12/2 Wed

☂ 12℃

”そろそろセールの季節だからランチタイムに作戦会議“

ストール巻きまわしの術♥

① ラフにひと巻き

両端を長めに垂らすラフな巻きかたで、縦のラインを強調するとスタイルアップに効果的!

② 首もとにボリュームを

外出するときはマフラーのようにグルグル巻いて、コーデのアクセント&防寒対策としても大活躍。

最近はランチタイムが情報会議に。やっと運も向いてきたし、いつもより張り切って同期とセール情報を交換。この勢いに乗って彼の疑惑に関しては直接会って話すしかない! タイツ¥630／チュチュアンナ

12/3 Thu

☂ 10℃

”今夜はみっこのバースデイパーティ。プレゼントも準備OK♥“

グッズ④
ャケットでもOK
カポカワンピ登場!!

保湿性が高い素材の七分
ピは共地のベルト付き。¥1
／エニィ スィス バイ クミキョ
ス（オンワード樫山）

帰りに表参道に寄ってお買い物。い
談にのってくれるみっこに感謝の気
めて、誕生日プレゼントにぬいぐる
テリア雑貨を購入。喜んでくれると
タイツ¥1,000／アンラシーネ

12/4 Fri

☀ 9℃

”ステキなシャンデリアを発見「アンティークですか?」“

いただいたのは…
リアも必見の
RED BOOK

てのコーヒーに、カレーや
などが人気のカフェ。アン
ク調の看板が目印です。

BOOK
京都目黒区上目黒1-3-2
3710-3438
30〜25:00 ㊡日・祝
caferedbook.com

や先輩と行ったレストランで、
ーナーさんにいろいろ質問を
ていると「その積極性が大事」
てうれしいお言葉。ますますや
気になってきた! タイツ¥1,89
／ブロンドール（ブロンドール
丸ビル店）

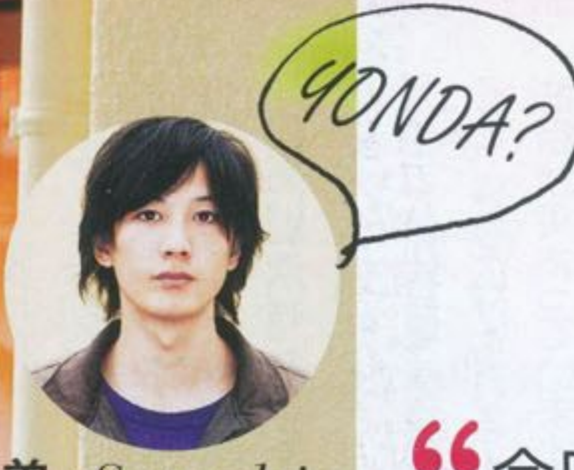
19page.com

12/6 Sun
8℃

“久しぶりのデート♥彼も1カ月記念を覚えてたよ”

「いつも一生懸命なところがカワイイ美保のことを想いながら選んだ」って1カ月記念のプレゼントまで♥ しかも、みっこが目撃したのは双子の弟・サトシ! それってYUMIの彼氏じゃん!! タイツ¥630／チュチュアンナ

ジャケット¥19,950、パンツ¥9,450、シャツ¥6,930、シューズ¥24,990、ベルト¥5,880／すべてグリーンレーベル リラクシング、ネクタイ¥7,980／アレッサンドロ マージ（すべてユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 丸の内店）



弟・Satoshi

12/5 Sat
6℃

“今日のカプチーノも幸運を呼ぶシナモン入り”

店舗デザインのリサーチを兼ねて代官山をブラブラしていたらカプチーノが飲みたくなっちゃった。シナモンを入れて飲むとホントにいいことが起こるような気がするんだよね。あれっ? 雪が降ってきた? タイツ¥2,100／リディ（福助）

カジュアル系美保OLの一番着まわせたアイテムはコレ

1カ月コーデで登場回数が多かった、この冬のマストバイの上位3点はコチラ!

スタイリストまややのおススメのベストコーデ♥

今季はロング丈ジャケットに注目

「定番のテーラードジャケットでも今年はちょっとロング丈が気分。シンプルな組み合わせだから花柄ストールをアクセントにすると可愛い♥」

この秋冬のベストコーデを作るマスト小物は…

3位 ウエストマークの太ベルト

登場回数 6回

INにもOUTにも使える、コーデの幅が広がるのは…

2位 パープルのVネックニット

登場回数 8回

登場回数最多の9回!! ヘビロテ候補は…

1位 白のタートルネック

登場回数 9回

最新トレンドを人気ドラマでチェック! 第2回

月刊 香里奈's "リアル・クローズ" scoop!!

いよいよ放送が始まったドラマ「リアル・クローズ」。
注目のファッションとドラマの裏側をsteady.がレポートします!

服に興味のなかった絹恵…思わぬ展開の連続で次第に変化が!

毎週火曜日夜10時～関西テレビ・フジテレビ系列にて大好評放送中のドラマ「リアル・クローズ」。トレンドのつまったこのドラマは、おしゃれに関心の高い女のコならもうチェック済みのはず。毎週、たくさんのファッションアイテムが登場するのはもちろんのこと、繰り広げられる人間ドラマにも注目が集まっています。主演の香里奈さんが演じる天野絹恵もドラマの中で次第にファッションへの関心度が高まり、内面にも変化が。その結果、だんだんとそれまでの人間関係にも変化が生まれ、より見逃せない展開が待っています。これからも、「リア

撮影順調♪

ドラマの撮影現場に密着しました!!

今月も編集部は「リアル・クローズ」撮影現場に密着! 真剣な撮影現場での表情や、合間の談笑シーンなど、普段は見られない香里奈さんがいっぱい!

リアル・クローズとは…

トレンドのファッションや主人公をめぐる人間関係など、注目を集めるドラマ「リアル・クローズ」。詳しい情報は、公式HPで確認してみてね!

http://ktv.jp/real-clothes (PC)
http://ktv.jp/real-clothes/m/ (携帯)

公式HPにアクセスするには、携帯で上のQRコードを読み取るか、左のURLを入力すればOK。

商品部のシーン

絹恵が働くデパート・越前屋商品部のシーンでは、緊迫した場面の連続。自然と表情や動きにも力が入ります。

越前屋商品部は細部までこだわりがいっぱい!!/

ッションを取り扱う部署だけに、ホワボードにはコレクションの写真などがり。細部まで作りこまれていて驚き!

仕事場でよく見かけるボードも、しっかりと壁に。リアルなお仕事場の雰囲気を演出してくれていました。

絹恵のデスク。雑誌の切り抜きや可愛いデスク小物、また仕事に使うであろうたくさんの資料がリアリティたっぷり!

ココ!!

スタンバイ中…

分の動きや台詞を確したあと、セットの陰スタンバイする香里奈。長い廊下のセット向こうが、香里奈さんスタンバイ位置です。

合間のオフショット

カットの声がかかると、ヘアメイクさんらスタッフとヘアやメイクを直しながらおしゃべりも。ふとした瞬間に笑みがこぼれます。

夜の会社で一人残業するシーン。微妙な照明の具合などで、オフィスがあっという間に夜の雰囲気に早変わり。

ドレスも登場!!

今回収録したシーンのなかには、ウエディングにかかわる会議のシーンも登場。豪華なドレスがずらりと並んで壮観!

ただいま撮影中!!

オフィスの廊下でひとり考え事をする絹恵。携帯を片手に、時にはこんな切ない表情も見せてくれました!

考えがあります!!

商品部の社員との会議のシーンで、自分の意見を発言! 香里奈さんの強いまなざしが印象的。

/関戸聡子

マンションのシーン

主人公・絹恵が暮らすマンションでのシーンは、恋人・達也役の高岡蒼甫さんも交え、ほんわかムードのシーンを中心に。

ちょうど絹恵が試験に合格した直後のシーンということもあり、お祝いに達也がお花と料理をプレゼント。

お祝いのシーン★

時にはおしゃべりも

プレゼントされたお花を花瓶に生ける仕草の香里奈さん。バランスを見つつお花の生け具合を見る、その表情は真剣!

[illegible]シーンでは、本物の食事やドリンクを使って[illegible]行われます。

撮影の合間にはスタッフも交えて常に笑いが絶えない現場! ちょっとしたことで笑いが巻き起こる和やかな雰囲気。

19page.com

毎週変わる!!
最後まで
見逃せない

ドラマのエンディングのコーデをチェック!

こちらで紹介したコーデはもちろん、毎週ドラマに登場した洋服が携帯やパソコンから買えちゃいます！ まずはアクセスしてみて！

Check!!

http://ktv.jp/real-clothes (PC)
http://ktv.jp/real-clothes/m/ (携帯)

公式HPにアクセスするには、携帯で右のQRコードを読み取るか、左のURLを入力すればOK。

ドラマのエンディングは、香里奈さんがファッションショーのように次々と服を変えて登場。毎週コーデが変わるから、1度たりとも見逃せません!

Style5

ボーダーワンピをカジュアルに可愛くまとめて

Pコート¥17,850、ニットワンピース¥11,500、リバーシブルベレー¥5,670、ブーツ¥14,700、ポーチ¥8,400／すべてスマッキーグラム（SANYO SHOKAI C.R.室）

Style4

パーティシーンにぴったりの大人ワンピ

ワンピース¥9,870／ブラウニー ビー ブーツ¥19,950／レストローズ

Style3

白をメインにキュートさをアピール

ファーキャップ¥5,040、ワンピース（ネックレスつき）¥10,500、ロングカーディガン¥12,600、バルーンスカート¥10,500、ニーハイブーツ¥25,200／ディアラ&ガブリエル

Style2

ちょいロックにかっこよく決めたい日に!

モッズコート¥19,950、スキニーデニム¥12,600、ブーツ¥19,950／すべてデシアス ロングニット¥6,930／シーシークロス チェーンバッグ¥10,800／スマッキーグラム

Style1

トレンドのツイードでエレガントさをプラス

ツイードジャケット¥12,600、ロゴTシャツ¥4,725、フェイクレザースカート¥5,145、パールネックレス¥3,675、チェーンバッグ¥8,925／すべてジャイロ ハット¥3,045、ニーハイブーツ¥9,345／ともにジャイロホワイト

ネットでの通販はもちろんですが、店頭にPOPをつくったりして上手く連動ができています。このコーデはボーダーのワンピがポイントですよ♪

スマッキーグラム プレス
栗生里奈さん

ポスターで香里奈さんが着用していたジャケットが大人気! 放送後は特にインターネットでの動きが早く、これからますます期待しています。

ディアラ&ガブリエル プレス
鈴木夏子さん

香里奈さんの着用した商品は放送直後に完売してしまう商品もあり、影響の大きさにびっくり! 小物がよく売れています。

レストローズ・
ブラウニー ビープレス
村井まみさん

携帯やパソコンからのアクセスがすごいです。お店にも、ドラマを見たお客さんから問い合わせが、ワンピースが人気のアイテムです!

ジャイロ プレス
藤田由布子さん

19page.com

「リアル・クローズ」×「エルメス・カレ」が提案! カレ・スタイルに注目!

毎週、エンディングの中で流れる映像は、香里奈さんらがさまざまなカレ(=スカーフ)を 身にまとったスタイル。
こちらも毎週異なったスタイルを提案してくれます。公式ホームページでは、巻き方のレクチャーも あるので、是非普段のコーデに取り入れてみて。

2枚のカレを結び合わせて
首もとを華やかに

ベルト風づかいで
デニムの表情をチェンジ

流行の太ベルトのように
カレでウエストマーク

シンプルな黒ニットに花柄がアクセント★

¥6,930

キレイ系
先輩OL
ナオ

profile
メーカーの営業職の29歳OL。なぜか会社では、上司にも後輩にも頼られすぎちゃう。ファッションは大人可愛い系を目指してます！ 1年後の結婚に向けて、貯金に励んでいるので、お洋服は大人でも使えるプチプラで！

プチプラニット審査員
\ 私たちが優秀ニット認定します！ /

加藤直子さん
（会社受付・27歳）
「最近はH&Mやフォーエバー21などの海外系プチプラにハマり中」

野中優子さん
（保険会社勤務・27歳）
「丸の内OL。OL御用達のプチプララブランド情報はまかせて！」

竹田ちなつさん
（マスコミ勤務・26歳）
「プチプラ大好き！ 会社の先輩に"プチプラ女王"と呼ばれてます。」

田畑弥生さん
（学生・20歳）
「ギャル系だったこともあるので、109ブランドも詳しいです」

\ 読者1000人大調査★ /
みんなのプチプラニットおしえて♥

ベーシックニットいくらで探す？

10,000円以上 5%　2,999円未満 4%　3,000〜5,000円 42%　2,000〜3,000円 21%

ベーシックニットは5,000円未満のプチプラで探したいという人が過半数に。

ベーシックなものはカラバリでほしいので、プチプラで何枚も買うことが多いですね

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

10page.com

オススメブランドはコチラ！

1 ユニクロ
2 ナチュラルビューティーベーシック
3 ローリーズファーム

トレンドニットいくらで探す？

15,000円以上 3%　8%　3,000〜5,000円 32%　5,000〜7,000円 27%

ディテールが可愛いものは、5,000〜10,000円ぐらいで見つけることが多いみたい！

スタッズやストールなどが付いているのにプチプラだと、すごくお得だと思っちゃう！

田畑弥生さん（学生・20歳）

オススメブランドはコチラ！

1 アース ミュージック&エコロジー
2 ジルスチュアート
3 ミニマムミニマム

ロングニット×ショーパンでカジュアルに

¥9,975

可愛い系
後輩OL
美優

profile
IT関連会社で働く1年生OL。服装規定はないので、大好きなカジュアルで通勤中！ 1年生なのでお給料が少ないのが悩み……。でもおしゃれはやめられないので、プチプラブランドで使えるアイテムを探してます！

〈左〉ニット¥6,930／ミニマムミニマム（ミニマム） スカート¥15,750／スピック&スパン（スピック&スパン BC SALON 渋谷店） バッグ¥28,350／モダルー（スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店） タイツ¥1,995／トランテアン ソンドゥ モード ブーツ¥19,950／メルローズ
〈右〉ニット¥9,975／フレディ（フレディ&グロスター渋谷店） デニムショートパンツ¥5,985／オゾック バッグ¥22,050／インディヴィ タイツ¥1,995／トラン…

買いカタログ134！

毎年何枚もほしくなっちゃうから、ニットはプチプラでそろえたい！」というご意見が多数ありました！ おしゃれなニットもベーシックニットも、1万円未満のプチプラで全部探してきましたよ★

撮影／［人物］芹澤裕介〈モデル〉、関戸聡子〈読者モデル〉、［静物］片岡 祥（PPI）、梶田麻矢（小笠原事務所） スタイリング／檜上 曜 ヘア&メイク／陶山恵実（NEWS） モデル／Nao、美優 撮影協力／自由学園明日館

¥2,079
ベージュ×ブラックの1枚でサマになるニット。フリルが華やかなのにこの値段! ¥2,079／イマージュ コレクション（イマージュ）

¥2,940
淡いパープルが女のコらしい♪ 胸もとにリボンが4つもついています★ 広めUネックで可愛く着れる。¥2,940／アンレリッシュ

¥3,990
グレーニットに黒いレースがあしらわれたニット。凝ったディテールに、読者代表からの支持も高かった! ¥3,990／プーラフリーム

¥3,990
グレー×ブラックのベーシックボーダー。人気のVネックで着回しもききそう! ¥3,990／アパートバイローリーズ（ポイント）

ピュアな白ニットは元気で可愛い印象に!

¥3,990

カーディガン¥3,990／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座）ネックレス¥12,600／エメ（アナトリエ 神南店）ショートパンツ¥7,980／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）タイツ¥2,940／メルローズ ブーツ¥19,950／ミニマム ミニマム（ミニマム）

後輩OLの着こなしポイント

カジュアル可愛い系はショーパン&ロングブーツが大活躍★ 白いカーデはさみしくなりがちなので、ツイードショーパンで華やかに。

トレンドのヒョウ柄もプチプラで挑戦!

¥3,990

¥3,990
小さなスパンコールがあしらわれたニット。黒だけど華やかな印象! 胸もとがきれいなVで着やすい。¥3,990／アンレリッシュ

¥3,990
えりもとがリボンのガーリーなニット。落ち着いたパープルが冬コーデの差し色に! ¥3,990／ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座

¥2,940
ロペピクニックならではの明るいグリーン。おしゃれな七分丈ニットはジャケットのインにしてもOK! ¥2,940／ロペピクニック

先輩OLの着こなしポイント

トレンドのヒョウ柄も七分丈パンツで着こなせば、品よく可愛い♥ ボリュームのあるファーマフラーが大人可愛さを演出してくれる。

カーディガン¥3,990／プーラフリーム ファーティペット¥■600／マカフィー（トゥモローランド）パンツ¥11,550／アナトリエ（アナトリエ 神南店）ベルト¥2,310／ロペピクニック パサージュ パンプス〈ファー付き〉¥19,950／ノーリーズ ……）キャミソール……私物

限定に挑戦!

¥3,000台まで 激安ニット!

スタイリストが必死で探した¥3,999以下ニット。飲み会1回分よりも安いお値段で、ディテールまでこんなに可愛いニットが買えちゃうのが驚き★

プチプラニット大人

激安の¥3,999以下、ベーシック¥5,999以下、特集内のニットはすべて¥9,999以下

ニット全部見せます!

柄ワンピとの重ね着はロングカーデがオススメ!

¥3,990

カーディガン¥3,990／アンダーカレント（ポイント） ワンピース¥3,990／ピンク アドベ ブーツ¥29,400／ファビオ ルスコーニ（フレディ&グロスター渋谷店）

ベーシック1 Long cardigan ロングカーディガン

steady.読者の人気アイテム! ワンピの上にあわせるのは、みんなに評判よくて鉄板です。

¥4,725

デザイン性高めのアイテムもこのお値段で。流れるようなラインがきれいで、さらりと1枚はおるだけで◎。¥4,725／プーラフリーム

¥4,998

グレーのパイピングがアクセントに。花柄ワンピをあわせて着てみて! ¥4,998／トピックラックス（トピックラックス新宿）

¥3,990

大きなVネックになったあわせやすいカーディガン。淡いベージュは、あわせるカラーを選ばない! ¥3,990／ジーナシス（ポイント）

¥4,095

グレー オフ白 黒 紫 カラバリ全4色

ポケットのついた可愛いデザイン。リボン付きで女のコ気分が高まっちゃう。各¥4,095／ディップドロップス（オンワード樫山）

審査員認定★超使える!

上品なラメ感のゴールドとシルバーのニットは、どちらも使える!両方ほしくなる。¥4095／ローリーズファーム（ポイント）

プチプラなのに可愛いデザインが多いローリーズファームのアイテムは本当に使えます!

田畑弥生さん（学生・20歳）

シンプルニットもアクセやボトムで華やかに

赤いニットで女のコらしい可愛さUP!

¥5,985

¥3,990

先輩OLの着こなしポイント

大人可愛い系のマストはグレーのシンプルニット、スカートに表情のある素材を選べば、ベーシックニットが垢抜けて見える!

ニット¥5,985／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店） ネックレス¥9,240／メルローズ スカート¥4,998／ライフ ドルチェ ラボ（ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座） タイツ¥1,995／トランテアン ソン ドゥ モード ブーツ¥38,850／アミューズ（スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店）

後輩OLの着こなしポイント

赤いニットにグリーン系の花柄スカートは、まさにお花みたいな華やかコーデ! 足もとは暗めのカラーのブーツで落ち着かせて、

ニット¥3,990／アースミュージック&エコロジー（アースミュージック&エコロジー新宿） ネックレス¥15,750／エーヴィー・マックス（トゥモローランド） スカート¥3,990／プーラフリーム ブーツ¥20,790／ミスティック（ミスティック 原宿店）

ベーシック3 V neck Vネック

シンプルなVネックは、デコルテもきれいに見えるし、ボトムも選ばない優秀アイテム!

¥3,780

支持率が高いNBBのベーシックニット。通勤にも大活躍のシンプルデザイン。各¥3,780／ナチュラルビューティーベーシック

¥5,145

ダークカラーは、可愛い花柄やチェックなど、女のコらしいアイテムとコーデして。各¥5,145／ミスティック（ミスティック 原宿店）

¥5,145

¥2,940

ニット¥4,095／ローリーズファーム（ポイント） ネックレス¥5,250／ノーリーズ（ノーリーズ銀座本店） スカート¥15,225／インディヴィ（手に持った）グローブ¥3,990／レプシィムローリーズファーム（ポイント） バッグ¥6,195／チャオパニック（チャオパニック 原宿店）

そでがふんわりしているのがポイントです。丸みのあるシルエットで、フェミニンな印象のニット。各¥2,940／ピンク アドベ

審査員認定★超使える!

リブになったそでで、さりげなくふんわりと可愛いシルエット♥ 着心地も気持ちいいニットです。¥4620／ジーナシス（ポイント）

このニットは、大きめVネックとそでの形がキレイで、着回しに使えると思います!

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

ベーシック2 U neck 広Uネック

広めのUネックは鎖骨がきれいに見えて、大人向けのデザイン。きゃしゃアクセと相性◎。

¥4,620

ゴールド オフ白 紫 その他 カラバリ全5色

ジャストサイズで着られるリブニットは、インナーとしても超使えるアイテム! 各¥4,620／ナチュラルビューティーベーシック

¥5,900

ピンク オフ白 黒 その他 カラバリ全6色

冬でも女のコらしい五分そでニット。オフィスでも使いやすい。¥5,900／コムサイズム（ファイブフォックス カスタマーサービス）

¥2,982

グレー 白 黒 紫 カラバリ全6色

シンプルなUネックニットはなんと¥3,000以下! カラバリもベーシックが豊富で使える1着。¥2,982／アフターヌーンティー・リビング

審査員認定★超使える!

きれい色のニット。リボン風になった首のうしろが、ちょっぴりセクシー&キュート♥ 各¥4,095／ディップドロップス（オンワード樫山）

背中のリボンが絶対可愛い。そでがふんわりしたシルエットも女のコらしく決まりそう!

加藤直子さん（会社受付・27歳）

¥4,935

首の後ろにあしらわれたドット柄のリボンがキュート。雲ずき♥ ¥4,935／エニィスィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

¥2,940

首もとは

ニット¥2,940／プーラフリーム ストール¥10,500／ラピス ビームス、パンツ¥15,750／ラピス ビームス（ともにビームス タイム 1F） バッグ¥38,850／ミネッリ（シャンデリエ渋谷） ツイードパンプス（コサージュ付き）¥13,650／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

¥5,000台までの使えるベーシック

ベーシックニットは5,000円までで探したいという意見に応えて、カラバリも豊富でシンプル可愛いニットをとにかくいっぱいお届けします

ベーシック5 Long knit ロングニット

トレンドのミニ丈スカートとコーデして、おしゃれになるのがロングニットです★

ニットのすそからミニスカートを見せて♪

¥3,465

ニット¥3,465/ジ・エンポリアム ネックレス¥6,825/ノーリーズ（ノーリーズソフィー日本橋店） ベルト¥14,700/アンボワーズ（ル ドーム イエナ丸の内店） スカート¥8,295/フレディ（フレディ&グロスター渋谷店） バッグ¥7,770/ナチュラルビューティーベーシック ブーツ¥6,930/トランテアン ソン ドゥ モード

¥4,830

オフ白 グレー 紫 カラバリ全3色

シンプルなロングニットはカラバリそろえて買いたい。深めのVネックや大きめポケットもポイント。各¥4,830/ヘザー（ポイント）

¥4,998

女のコらしいドットのふんわりそでニット。¥4,998/イーハイフンワールドギャラリー（イーハイフンワールドギャラリー 原宿）

¥4,494

ラメが可愛い甘いベージュピンクのニット。¥4,494/イーハイフンワールドギャラリー（イーハイフンワールドギャラリー 原宿）

¥4,998

えりぐり広めのボーダーニット。すそにほどこされたリボンで、可愛らしさを演出できる! ¥4,998/エスピービー（インデックス）

審査員認定★超使える!

立体的なえりの形がおしゃれなニット。着ると首もとの表情が出せる! ベルトをあわせても◎。¥5,145/ジーナシス（ポイント）

首もとがきれいに見えそうなところが気に入りました! 何にでもあうグレーは使える!

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

ベーシック4 Turtle neck タートルネック

寒い日も首回りまであったかなのがうれしい! ワンピと重ね着しても可愛いアイテム。

ピンク オフ白 黒 茶 カラバリ全5色

ベーシックが人気のローリーズ。カラバリもきれい色から定番色まで豊富! 各¥2,940/レプシィムローリーズファーム（ポイント）

¥2,940

さりげないゴールドボタンのおかげでおしゃれ度10倍UP★ 1枚で着ても十分可愛い! ¥4,935/トランテアン ソン ドゥ モード

¥4,935

ピンク オフ白 黒 紫 カラバリ全5色

女性らしいパフスリーブのオフタートル。合コンウケも◎。各¥5,880/ペイトンプレイス（ファイブフォックス カスタマーサービス）

¥5,880

¥2,940

赤 オフ白 黒 その他 カラバリ全8色

胸もとの赤いハートマークがアクセントに。刺しゅう1つで可愛さ10倍UP! 各¥2,940/ディップドロップス（オンワード樫山）

審査員認定★超使える!

キレイな色のノースリーブタートル。重ね着にも使いやすい便利な1着です♪ 各¥3,990/エニィスィスブラン（オンワード樫山）

ノースリタートルは、重ね着に使えるので必須! 黒いワンピの差し色に使いたい★

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳）

首もとまであったか!のボーダータートル

¥3,360

ニット¥3,360/ロペピクニック ストール¥6,930/メルローズ ネックレス（2連パール）¥4,515 ネックレス（ゴールドチェーン）¥4,725/ともにノーリーズ（ノーリーズ銀座本店） デニムパンツ¥3,990/ピンク アドベ ハラコパンプス¥31,500/ピッピ（ルビーリベット 有楽町）

赤カーデとショーパンで元気な印象に!

¥4,620

後輩OLの着こなしポイント

後輩OLなら、ベーシックカーデを選ぶときには明るいカラーをセレクト。あとはベーシックカラーをあわせても、華やかな雰囲気。

カーディガン¥4,620/ナチュラルビューティーベーシック ラップショートパンツ¥5,985/エスピービー（インデックス） バッグ¥7,245/チャオパニック（チャオパニック 原宿店） ブーツ¥18,690/ミスティック（ミスティック 原宿店）

タートルは首もとアクセとも相性よし★

¥5,985

先輩OLの着こなしポイント

モノトーンでまとめたシックなコーデで大人っぽさを演出。ツヤのあるスカートやファーがエレガントな表情を出してくれます!

ニット¥5,985/グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店） ファーティペット¥8,400/ロペピクニック パサージュ スカート¥12,600/スピック&スパン（スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店） ブーツ¥21,000/ペイトンプレイス（ファイブフォックス カスタマーサービス）

ベーシック6 Cardigan カーディガン

オフィスでもデートでも使えるアイテムだから、気に入ったデザインはカラバリで!

パンツとあわせてカッコいいカーデの着こなし

カーディガン¥6,300/組曲（オンワード樫山） ブラウス¥12,600/イエナ、バレエシューズ¥19,950/フレンチ ソール（ともにルドーム イエナ丸の内店） パンツ¥18,900/トゥモローランド コレクション（トゥモローランド）

青 白 黒 その他 カラバリ全5色

ビビッドカラーからベーシックカラーまで充実! 深めのVで重ね着もしやすい! 各¥3,990/アパートバイローリーズ（ポイント）

¥3,990

¥3,990

胸もとにハートの刺しゅうが♥ ほんのりふんわりしたそででフェミニンに着れる! ¥3,990/ディップドロップス（オンワード樫山）

¥2,940

赤 ピンク 黒 カラバリ全8色

ロペピクニックならではの温かみある明るいカラーが可愛い! シンプルなデザインで毎日役立つ! 各¥2,940/ロペピクニック

¥5,900

エレガントなバイカラーアイテム。通勤でも可愛く着れそう。各¥5,900/コムサイズム（ファイブフォックス カスタマーサービス）

審査員認定★超使える!

アンゴラ素材のカーデも5,000円台で買えるから驚き! 肌触りも気持ちいい! 各¥5,145/ローリーズファーム（ポイント）

一見ベーシックなカーデだけどそでがふんわりめでいい。アンゴラでこの値段はすごい!

田畑弥生さん（学生・20歳）

全部見せます!

トレンド1 Bijou knit ビジューニット

高級感のある雰囲気になって、プチプラなのに超お得! 地味コーデから脱出です!

¥9,975

スモーキーカラーで、ピンクも甘すぎない♪ パールボタンも◎。¥9,975／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

¥7,980

深めのVネックにシルバーのキラキラビジューがほどこされてます! バックはリボンに♥ ¥7,980／エルディープライム

¥4,179

ボリューム感のある黒いビジューのおかげで、アクセいらず！1枚でサマになる★ ¥4,179／イマージュ コレクション（イマージュ）

審査員認定★超使える!

シルバーのビジューが華やかなのに、このお値段。ドルマンスリーブのデザイン感も◎。¥5145／マジーマルシェ（ジ・エンポリアム）

そで丈がちょっと短めなのも女のコらしくて可愛いと思う! ビジューで安く見えない。

加藤直子さん（会社受付・27歳）

¥4,935

星空のようにちりばめられた星形ビジューが素敵★ ロング丈なので、ワンピと重ね着しても可愛いデザイン。¥4,935／アンレリッシュ

ビジューのキラキラ感で気分までアガる!

¥5,492

ニット¥5,492／ライフドルチェ ラボ（ライフドルチェ ラボ プランタン銀座） ショートパンツ¥12,600／ティアラ グローブ¥2,940／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店） バッグ¥14,700／ビーピーアール ビームス（ビームス タイム） タイツ¥1,995／トランテアン ソン ドゥ モード ブーツ¥17,325／インディヴィ

ビジューの高級感でプチプラに見えない!

¥7,980

先輩OLの着こなしポイント

先輩ならではのプチプラに見せない技は、華やかなビジュー使い! モノトーンの着こなしも、ビジューの輝きで地味に見せません!

ニット¥7,980／ミニマム ミニマム（ミニマム） キャミソール／スタイリスト私物 スカート¥16,800／アナトリエ（アナトリエ 神南店） バッグ¥26,250／ランゼッティ（スピック&スパン ノーブル 六本木ヒルズ店） タイツ¥998／ハッシュアッシュ ブーティ¥6,930／ロディスポット

ポケットのリボンが可愛い愛されコーデ♥

¥6,195

後輩OLの着こなしポイント

カーデ&ブラウスのWリボン使いで女のコらしさを演出! スカートも今年らしいパープルのツイードで、トレンド感も狙っちゃおう。

カーディガン¥6,195／アパートバイローリーズ（ポイント） ブラウス¥3,990／ジ・エンポリアム スカート¥9,975／ルゥ デ ルゥ ブーツ¥15,750／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

トレンド3 Girlie one piece ガーリーワンピ

愛され度100%のニットワンピ♥ ディテールまで可愛くて1万円未満なのがうれしい!

白いニットワンピは愛されNo.1アイテム♥

¥8,925

ニットワンピース¥8,925（トランテアン ソン ドゥ モード） ストール¥5,775／サルクラ（スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店） ブーツ¥20,475／ピュア オズ（アナトリエ 神南店） インナー／スタイリスト私物

¥8,715

アンゴラだからさわりごこちも気持ちいい★ シルエットも超きれいでこのお値段に驚愕! ¥8,715／フレディ（フレディ&グロスター渋谷店）

¥7,140

フロント部分がティアードになったワンピース。淡いピンクが可愛くてデート向き。¥7,140／チャオパニック（チャオパニック 原宿店）

¥4,179

ニットの可愛いチュニックワンピはまさかの5,000円以下! デニムをあわせておしゃれに着たい! ¥4,179／イマージュ コレクション（イマージュ）

¥5,985

パフスリーブのミックスニットワンピ。そで口のレースも◎。ふんわり可愛くて、男のコにも評判よさそう! ¥5,985／アンレリッシュ

審査員認定★超使える!

すそのティアードとそでのふんわり感で、支持率が高かったワンピ。ダークカラーなのにフェミニン! ¥3990／ハッシュアッシュ

ティアードになったワンピまでプチプラで買えるなんて驚きです! 1枚で着て超可愛い。

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳）

私のプチプラニット見せちゃいます!

ニットはカラバリで買っちゃいます

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

オススメブランド

★ナチュラルビューティーベーシック
★ロペピクニック
★ユニクロ

プチプラの見つけ方

サイズ感重視で、気に入ったものはバリエで。昨年はユニクロのVネックを5色買い!

H&Mで見つけた2千円以下ニット

加藤直子さん（会社受付・27歳）

オススメブランド

★H&M
★フォーエバー21
★ユニクロ

プチプラの見つけ方

最近は海外SPAで超プチプラを見つけます。3,000円未満でもトレンド感あるものが!

トレンド2 Ribbon knit リボン付きニット

今年はとにかくリボン付きニットが大豊作★ 女のコらしいアイテムで人気急上昇中!

¥9,975

人気ブランドの可愛いリボンニットもまさかの1万円以下! ¥9,975／スピック&スパン（スピック&スパン BC SALON 渋谷店）

¥6,930

小さな白いリボンがあしらわれた女のコらしいデザイン。黒いツイードスカートとコーデして。¥6,930／エルディープライム

¥9,345

リボンが模様にな[illegible]ニット。これ1枚で[illegible]くなれちゃう魔法[illegible]イテムです! ¥9,345／レイ ビームス（ビームス タイム）

審査員認定★超使える!

肩のリボンも着たときのシルエットも間違いナシに可愛い! ¥8925／グラス ウォーター（グラス ウォーター たまプラーザ店）

右肩のリボンにひとめぼれ! えりぐりの広さとそでのリブでシルエットがきれいですね。

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

¥5,880

背中がリボンディテール。うなじがきれいに見える♥ 各¥5,880／ペイトンプレイス（ファイブフォックス カスタマーサービス）

さりげない肩のリボンが大人の可愛らしさ♥

¥9,450

ニット¥4,494／ライフドルチェ ラボ（ライフドルチェ ラボ プランタン銀座） リボンネックレス¥9,450／レイチェル レイ（スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店） スカート¥3,990／ピンク アドベ バッグ¥7,980／トランテアン ソン ドゥ モード

可愛くて使えるお得なプチプラニット!

¥9,000台まで 可愛いトレンドニット

今年らしいトレンドニットや凝ったディテールのものだって、探せば4ケタのお値段で見つかっちゃうんです

トレンドのミックスニットは1枚ほしい!

¥7,980

ニット〈シュシュとセット〉¥7,980／ミニマム ミニマム（ミニマム） デニムパンツ¥9,975／ルゥ デ ルゥ パンプス¥9,975／トランテアン ソンドゥ モード

¥6,930

女のコらしいピンクのケーブルニット。デート受け間違いナシ! ファーとあわせて。¥6,930／ディップドロップス（オンワード樫山）

¥9,975

フード付きのニットコート。しかもファーまでついたしっかりした作りで超お得です! ¥9,975／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

¥8,925

1枚あれば便利なニットコート。すそやそで口のフリンジがフェミニンな印象♥ ¥8,925／ディップドロップス デプト（オンワード樫山）

トレンド5 Volume knit ボリュームニット

ざっくり感が可愛いと人気のボリュームニット。アウターに使えるコートもプチプラで!

¥9,975

ショート丈が可愛い。¥9,975／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）

審査員認定★超使える!

ベージュとブラックのコンビで大人ボーダー。ポケットにスパンコールがあしらわれてます★¥9,450／フレディ＆グロスター渋谷店

厚手のカーデだから、11月中なら上着として使えそう! デニムとあわせたいです。

加藤直子さん（会社受付・27歳）

私のプチプラニット見せちゃいます!

NBBのシンプルカーデは万能です!

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳）

オススメブランド

★ザラ
★アナップ
★スナイデル

プチプラの見つけ方

トレンドアイテムもプチプラで。フリルなどディテールが凝っていると安く見えません!

ローリーズのビジュー付きニット

田畑弥生さん（学生・20歳）

オススメブランド

★ローリーズファーム
★109系ブランド
★ユニクロ

プチプラの見つけ方

インに着るものはユニクロ。シンプルな物はお母さんと共同で使ってさらにお得に!

トレンド4 Pattern knit 柄ニット

千鳥格子やドットなど、1枚でもおしゃれに着れちゃう柄ニット。プチプラなんて信じられません!

¥7,980

アーガイルがハート柄になったロングニット。柄もボートネックのシルエットもキュート♥ ¥7,980／エルディープライム

¥5,145

冬らしいジャカードの上品柄ニット。そでのふんわり感も可愛くて、今年らしく着れそう! ¥5,145／ジーナシス（ポイント）

¥4,935

グレー×黒のドットカーディガン。デニムやショーパンをあわせて甘辛MIXコーデで着たい! ¥4,935／ミッシュ マッシュ

審査員認定★超使える!

人気のアーガイルが甘めのパープルで登場! グレーやブラックのフレアミニで女のコらしく着て♥ ¥5145／ヘザー（ポイント）

アーガイルって女のコらしくていいですよね。きれい色だから春まで着られそうです。

田畑弥生さん（学生・20歳）

¥5,880

トレンドのアニマル柄ニットワンピ。黒だから、アニマル初心者にも着こなしやすそう! ¥5,880／アパートバイローリーズ（ポイント）

グレーの千鳥格子が、上品可愛い大人感♥

¥4,494

ニット¥4,494／ライ… ドルチェ ラボ（ライ… ルチェ ラボ プランタン銀座） ストール¥5… 0、タイツ¥1,575／… にミスティック（ミスティック 原宿店） パン… ¥12,600／イエナ… ドーム イエナ丸の… 店） バッグ¥29,400… バルド ロゼ（ビーム… タイム） パンプス¥… 150／クラブ ニコ（… ック＆スパン ノーブ… 六本木ヒルズ店）

ざっくりロングカーデは花柄との相性◎

¥8,925

カーディガン¥8,925／メルローズ クレール ブラウス¥14,700／ラピス ビームス（ビームス タイム） ウエストリボンスカート¥4,179／イマージュ コレクション（イマージュ）

先輩OLの着こなしポイント

カジュアルなざっくりカーデを大人可愛く着たいなら、インに着るのはシフォンやサテンなどのシックな素材を選ぶのがベター。

雪柄ニットは元気な印象で後輩OLにオススメ

¥7,900

ニット¥7,900／コムサイズム（ファイブフォックス カスタマーサービス） トレンカ¥998／ハッシュアッシュ ブーツ¥9,975／ヘザー（ポイント）

後輩OLの着こなしポイント

後輩OLはカジュアル度高めの雪柄をセレクト! 差し色タイツをはけば、カジュアル度もあがって、友達にもほめられるスタイル!

そでだけフワフワのアンゴラでガーリー♥

¥7,245

アンゴラそでニット¥7,245／レイ ビームス（ビームス タイム） スカート¥13,650／グラス ウォーター（グラス ウォーターたまプラーザ店） バッグ¥27,300／アプロ（ルドーム イエナ丸の内店） タイツ¥998／ハッシュアッシュ パンプス¥17,850／ミニマム ミニマム（ミニマム）

¥7,980

3色切り替えでベルト付きのニットワンピ。オフィスでも着られる上品デザインです。¥7,980／エスピービー（インデックス）

¥7,980

切り替えになった千鳥がおしゃれ♪ ロングブーツをあわせて。¥7,980／エニィ スィス バイ クミキョク スィス（オンワード樫山）

トレンド6 Bi-color knit バイカラーニット

柄や素材を切り替えた凝ったデザインは、1枚で着てもプチプラを感じさせません!

¥4,935

バックに黒レースとリボンがあしらわれた…

¥5,565

ウエストシェイプされたドッキングワンピがニットで登場! ゴールドのダブルボタンが垢抜けポイント! ¥5,565／アンレリッシュ

審査員認定★超使える!

…なった切り替えデザイン。ちょっぴり透ける腕がセクシーです★ …ルゥ デ ルゥ

シフォンとニットの切り替えが女のコらしくて素敵! ベルトとスカートでコーデします。

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳）

プラス値段で勝負!

カーデとインナーのアンサンブルや、アクセが付いたニットなど、お得なセットニットも1万円未満で見つけました! 着回し力高いものだけ厳選!

アクセ付きニットを着回し

セットで ¥6,930

パープルのニットに黒のファーがセットになったおしゃれなセット。首もとを華やかにみせてくれる! ¥6,930／エルディープライム

着回し

OFF 首もとをファーで飾っておしゃれ度UP

ON ツイードジャケットとあわせてエレガントに

デニムパンツ¥15,750／Lee（チャオパニック 原宿店） バッグ¥22,050／ローレンマーキン（スピック&スパン アクセソワーズ ディアモール大阪店） パンプス¥14,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

ニット〈ファーとセット〉¥6,930／エルディープライム ジャケット¥22,050／ボールジィ、グローブ¥17,850／ジョルジュ・モラン（ともにトゥモローランド） パンツ¥8,925／メルローズ クレール バッグ¥6,825／ミッシュ マッシュ フラットシューズ¥10,290／セプテンバー ムーン（ビームス タイム）

アンサンブルを着回し

セットで ¥6,930

インナーの首もとにはビーズ、カーデのボタンはパールになった、ディテールまで凝ったアンサンブル。¥6,930／ミッシュ マッシュ

着回し

OFF デートならショーパンとブーツでカジュアルに!

ON 膝丈スカートとあわせれば「オフィスの華」スタイル♪

ショートパンツ¥13,650／ノーリーズ（ノーリーズ銀座本店） ブーツ¥39,900／ラムーン（シャンデリエ渋谷） バッグ¥6,090／ミッシュ マッシュ

アンサンブルニット¥6,930／ミッシュ マッシュ ツイードプリントスカート¥8,900／コムサモデルズ（ファイブフォックス カスタマーサービス） ツイードパンプス¥5,985／ロディスポット

¥9,975

ダルメシアン柄のファーがもこもこ可愛い女のコらしいカーディガン♥ ファーをはずせばシンプルに。¥9,975／ピンカール

¥6,195

ビビッドなエメラルドグリーンのアンサンブルは、春まで着られちゃう! パールネックレス付きです! ¥6,195／ミッシュ マッシュ

¥4,725

ファーのネックウォーマーがワンピにぴったり! Uネックをきれいに見せます。¥4,725／ワンアフターアナザー ナイスクラップ

ファーネックレスは後ろでリボンを結ぶ可愛いデザイン。ニットのVネックに映えます。¥9345／ノンサンス（ノンサンス代官山店）

超オススメ!!

ファーボンボンのネックレスは、ほかのコーデでも使えそうですごいお得感ですよね。

加藤直子さん（会社受付・27歳）

¥3,990

ハートのネックレス付きのワンピース。ティアードになったすそもおしゃれなポイントです! ¥3,990／ナチュラルクチュール

OFF ON

ONストール¥3,045／レプシィムローリーズファーム（ポイント） パンツ¥9,345／ルラシェ（アンビデックス） バッグ¥9,345／ラバーソウルサック（ビバ・サーカス） レオパードパンプス¥16,275／フローチェ（ギルド ジャコモ オン ザ ウェーブ）
OFFコーデュロイショートパンツ¥1,490／g.u. バッグ¥21,000／マニュ（ジャコモ・リュクス） スエードニーハイブーツ¥18,690／ノンサンス（ノンサンス代官山店）

¥9,975

インナーニットはボーダー、カーディガンはデザイン度高めで、別々に着てもおしゃれ! ¥9,975／組曲（オンワード樫山）

¥6,930

パイピングやリボン使いに心奪われちゃう! どんなボトムとあわせても可愛く着られそう! ¥6,930／エルディープライム

カーデはドットで、インナーニットは無地。ボタンをあけて着てもうるさく見えません! ¥6,279／イマージュ コレクション（イマージュ）

超オススメ!!

ドットと無地の組み合わせがありそうでなかった! 別々にも使えそうだからほしいです。

野中優子さん（保険会社勤務・27歳）

¥6,195

白いお花ボタンがさりげなく可愛い! インナーニットの白いリボンで乙女心も大満足♥ ¥6,195／フェルゥ（オンワード樫山）

OFF ON

ONカシミアストール¥5,990／ユニクロ スカート¥11,550／アーバンリサーチ（アーバンリサーチ シブヤ） バッグ¥45,150／ヴィア レプブリカ（ギルド ジャコモ オン ザ ウェーブ） ブーツ¥9,345／ワンアフターアナザー ナイスクラップ
OFFペアワンピース¥6,195／ワンアフターアナザー ナイスクラップ タートルニット¥2,940／レプシィムローリーズファーム（ポイント） フラットシューズ¥8,190／クッコ ディ マル プレット（ギルド ジャコモ オン ザ ウェーブ）

19page.com

プチプラで買ってコーデのバリエ増! お得なセットニットは着回し力

セットワンピを着回し

セットで ¥9,975

ニットとキャミワンピースがセットで1万円未満で買えてお得感たっぷり! ¥9,975/エニィ スィス ブラン(オンワード樫山)

着回し

OFF すそティアードがチラ見えでガーリー♥

ON ハーパンとあわせてニットチュニック風に

バッグ¥9,975/ラ ラ&ハート(ビームスタイム) 2Wayブーツ¥39,900/アールミューズ(ノーリーズソフィー日本橋店)

ニット(キャミワンピとセット)¥9,975/エニィ スィス ブラン(オンワード樫山) ストール¥8,295/グレン プリンス(ノーリーズ銀座本店) ベルト¥8,400/ラピス ビームス(ビームス タイム1F) ショートパンツ¥14,700/イエナ(ル ドーム イエナ丸の内店) バッグ¥11,550/組曲(オンワード樫山) パンプス¥14,175/インディヴィ

マフラー付きニットを着回し

セットで ¥4,935

黒いニットとボーダーネックウォーマーのセット。ネックウォーマーの柄がニットに映えておしゃれ。¥4,935/ディア フルーラ

着回し

OFF ネックウォーマーでカジュアルおしゃれ感

ON お仕事の日はパンツをあわせてキリッと出勤

チュールスカート¥5,145/ジーナシス(ポイント) バッグ¥9,450/タンブゥ(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング品川店) ブーツ¥53,550/ケイト(ル ドーム イエナ丸の内店)

ニット(ネックウォーマーとセット)¥4,935※11月中旬発売/ディア フルーラ ストール¥11,550/アルテア(ビームス タイム1F) パンツ¥16,275/インディヴィ バッグ¥34,650/エリック ジャビッツ(アナトリエ 神南店) ビジューフラットシューズ¥4,830/ナチュラルビューティーベーシック

¥3,990

えりもとのししゅうもポイントのワンピース。トレンドのチュールを重ね着するタイプ。¥3,990/ニッセンスタイル(ニッセン)

¥3,990

シンプルなニットワンピも、すそから白いキャミワンピを見せるだけでおしゃれに! ¥3,990/ニッセンスタイル(ニッセン)

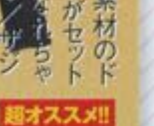
¥4,515

透かし編みニットに黒のカットソーワンピが重ね着に。ワンピのすそがチラッと見えて◎。¥4,515/アンダーカレント(ポイント)

黒のカットソーにニット素材のドルマンスリーブチュニックがセットに! レイヤード上手になれちゃう1枚です。¥4,900/ザジ

超オススメ!!

重ね着スタイルって自分だとバランスがなかなかうまくいかないので、セットはうれしい。



竹田ちなつさん(マスコミ勤務・26歳)

¥3,990

秋色パープルワンピ。このお値段で買えちゃうのがすごい! ベルトをつけてもよさそう。¥3,990/ニッセンスタイル(ニッセン)

OFF ON

ON テーラードジャケット¥5,775/ワンアフターアナザー ナイスクラップ パンツ¥7,245/ルラシェ(アンビデックス) ウェッジパンプス¥2,990/キャンディッシュ

OFF ストール¥3,990/ルラシェ(アンビデックス) デニムパンツ¥8,295/ノンサンス(ノンサンス代官山店) ツイードパンプス¥17,325/モザイク バー エーボンブ(モード・エ・ジャコモ) ファーバッグ¥33,600/レジーナ(ギルド ジャコモ オン ザ ウェーブ)

¥5,460

大人エレガントなネイビーラメボーダー。同色ボーダーがシックな印象。同素材ストール付き。¥5,460/エスピービー(インデックス)

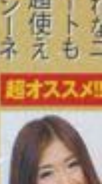
¥7,980

ヒョウ柄ストールがついたVネックニット。もちろんストールだけ、別なコーデに使ってもOK! ¥7,980/ルゥ デ ルゥ

同色ストール付きのおしゃれなニット。ロング丈なのでスカートもパンツもあわせやすくて、超使えそう! ¥3900/アンラシーネ

超オススメ!!

ストールが大好き。同素材のストールがついてると、着こなしが広がりそうですね。



田畑弥生さん(学生・20歳)

¥5,460

ネックウォーマー付きざっくりニット。付ければオフタートル風、取ればUネックに。¥5,460/ディップドロップス(オンワード樫山)

¥7,900

冬らしい雪柄ニット。同柄ネックウォーマーが付いて可愛さ倍増! ¥7,900/コムサイズム(ファイブフォックス カスタマーサービス)

OFF ON

ON レザージャケット¥…450/…オウン K…(KBF ラフォーレ原宿…) スカート¥…345/パ…(…デックス) …¥1,000/ユニクロ …¥22,050/カリ…(モード・エ・ジャコモ) …¥2,900/…ンラシーネ レースティアードスカート¥2,940/ワンアフターアナザー ナ…クラップ ムートンブー…¥28,350/アグ(チャ…ニック 原宿店)

19page.com

開講です！
靴で
スン！

足もとはコーデ次第で
やせ見えするよ♥

スタイルアップは
ユウにお任せ♥

細見え
レッスン
1

ミニ丈ボトム＋濃色タイツ＋美脚ブーツで簡単細見え！

Vネックニット¥5,145／ヘザー（ポイント）白シャツ¥10,290／ラピス ルーチェ（ビームス タイム）スカート¥6,825／プロポーションボディドレッシング タイツ¥630／チュチュアンナ メガネ／スタイリスト私物

教えて！
ユウ先生

IT関連会社勤務
蜂 智子さん

メーカー勤務
平川ちひろさん

メーカー勤務
宇野泰子さん

プロフェッサー・ユウの下半身やせ見え講座

ボトム＋タイツ＋

レギンス・トレンカも!

足もと細見えレッ

冬だからこそ投入できるタイツやブーツは、コーデ次第で美脚をかなえる秘訣がいっぱい! 足もとが確実にすらりとみえるボトムとタイツと靴のやせ見えバランスを、我らが比留川 游ちゃんが先生役に扮して完全ナビゲート!

撮影/[人物] 堤 博之、[読者] 関戸聡子、[静物] 片岡 祥(PPI) スタイリング/為井真野(kind) ヘア&メイク/松永奈巳(S.)
モデル/寺本愛美、比留川 游 撮影協力/プロップス ナウ!
※掲載商品の問い合わせ先はP.158にあります

細見えレッスン2
ミニ&膝丈スカート＋タイツ・レギンス・トレンカ＋パンプス
でおしゃれに脚細!

細見えレッスン3
ショート・ハーフパンツ＋濃色タイツ＋ボリューム靴
で確実に脚細!

細見えレッスン4
フルレングスパンツなら華奢パンプス!

細見えレッスン5
スキニーデニムならブーツイン!

19page.com

美脚ブーツなら簡単細見え！

ティアードミニスカ＋ブラウンチェックタイツ＋ブラウンブーツ

柄タイツだって濃色ベースで同系色ブーツとつなげば美脚！

脚が太く見えそうなチェックのタイツも濃色だと引き締まって見えます。同系色のブーツ [illegible]

あわせたのはコレ！

ラメ混ミニスカ＋グレーのリブタイツ＋きれいめ黒ブーツ

リブのタテ長効果と黒ロングブーツの引き締め効果は絶大！

黒のブーツはリブタイツで遊び心をプラスして。ツイードノーカラージャケット¥27,300／スピック＆スパン ノーブル（スピック＆スパン ノーブル 六本木ヒルズ店）ラメ入りスカート¥12,600／RD ルージュ ディアマン ファーティペット¥14,700／ル スーク（フランドル）グレーリブタイツ¥315／3コインズ（パルグループ）ブーツ¥24,990／フィン

あわせたのはコレ！

スパンコールミニスカ＋黒×グレーリブタイツ＋スエードブーツ

黒が混ざった技ありリブと脚にフィットするスエードで相乗効果！

ポンチョ風ニット¥16,800／アバハウス・ドゥヴィネット リュクス（アバハウスインターナショナル）スクエアネックカットソー¥1,995／アンダーカレント（ポイント）スパンコール付きミニスカート¥7,140／ヴィニー（フランドル）チャコールグレー×黒リブタイツ¥1,050／靴下屋（タビオ）ブーツ¥30,450／メダ（モード・エ・ジャコモ）

あわせたのはコレ！

花柄ミニスカ＋ボルドータイツ＋縦ライン入りブーツ

膝下スラリなブーツの縦ラインとこっくり色タイツを駆使して

きれい色タイツをはきたいときは、ボルドーをチョイス。こっくりした色味が膨張見えを阻止。ブルゾン¥29,400／インディヴィ 花柄スカート¥3,990／アース ミュージック＆エコロジー（アース ミュージック＆エコロジー新宿）ボルドーカラータイツ¥2,940／ストラ バッグ¥8,295／サック ブーツ¥26,250／ハーズ（ビバ・サーカス）

あわせたのはコレ！

コンビワンピ＋ラメ入りタイツ＋はき口ギャザーブーツ

脚細効果なラメタイツと膝下をカバーするブーツで膨張見え知らず！

ラメは脚の線を輪郭より
ます。足の形をカバーす
ふんわりしたブーツと
わせは好相性。切替サッ
¥15,750／クリア イン
ョン（フランドル）シル
タイツ¥2,940／ディグ
ビー・エックス）バッグ
／エフデ（フランドル）
26,800／プールサイド
イド 渋谷109店）

せたのはコレ！

“はNG!”

×ミニスカ＋素足＋ブーツはダメ！

ミニスカート

19page. com

細見えレッスン1 ミニ丈ボトム＋濃色タイツ

流行のミニ丈ボトムは引き締め色＝濃色ベースのタイツと、美ラインを作り出す美脚ブーツで簡単に脚細！

センタープレスショーパン＋黒タイツ＋ベーシックブーツ

黒タイツ＋黒ブーツのスラリ脚をセンタープレスが増強！

センタープレスのパンツは脚細、脚長効果が倍増。ボートネックカシミアニット¥13,650／組曲（オンワード樫山）千鳥格子ショートパンツ¥12,600／ルル・ウィルビー（アルアバイル）スタッズ付きストール¥2,900／ザジ タイツ¥630／チュチュアンナ バッグ¥6,195／サック ブーツ¥32,550／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

あわせたのはコレ！

ツイードショーパン＋ケーブル編みタイツ＋レザー×スエードコンビブーツ

遊び心満点のケーブル編みもダークカラーなら完璧スリム脚！

ピンブローチ付きロングニットカーデ¥16,590／サロン デュラ トリニーテ ブラウス¥17,850／アナカ（ミニョン ルミネ大宮店）ツイードショートパンツ¥8,925／ルゥ デ ルゥ ケーブル編みタイツ¥2,310、バッグ¥4,830／ともにレプシィムローリーズファーム（ポイント）ブーツ¥29,400／カリーノ（モード・エ・ジャコモ）

あわせたのはコレ！

タック入りショーパン＋こげ茶タイツ＋ブラウン・スエードブーツ

タック入りのふんわりショーパンも脚細錯覚を狙える！

スカーフ付きチュニックブラウス¥19,950／カリテ（アバハウスインターナショナル）タートルリブニット¥8,998／スウィーナbyアースミュージック（アース ミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア六本木）タック入りショートパンツ¥3,990／プーラフリーム こげ茶タイツ¥630／エフィング（福助）ブーツ¥33,390／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

あわせたのはコレ！

ウールショーパン＋ダークパープルタイツ＋リブ付きロングブーツ

リブの長さ分狙える脚長効果をこっくり紫タイツで強調

ロングテーラードジャケット¥9,975／フリーズ マート（フリーズ マート 自由が丘店）シフォンチュニック¥12,600／ブラカード バー ローズ（アバハウスインターナショナル）ショートパンツ¥3,990／アース ミュージック＆エコロジー（アース ミュージック＆エコロジー新宿）ダークパープルタイツ¥1,050／イネド（フランドル）リブ付きロングブーツ¥29,400／ストラ

あわせたのはコレ！

キュロットパンツ＋グレータイツ＋レザー×ニットコンビブーツ

キュロットのフレアデザインを活かした脚細見えコーデ

キュロットのフレアシ… の対比で脚が更に細く… イードコート¥30,45… ュ（シップス ジェット… 宿店）白パール付きセ… ¥9,975／組曲（オンワ… キュロットパンツ¥4,… タイツ¥1,050、靴下… ブーツ¥17,800／ボ… ータ（ファイブフォッ…

あわせたのはコ…

ショートパンツ

ユウ…

× ショートパンツ＋膨張色タイツはダメ！

ユウのアドバイス

美脚ブーツをはいてもつなぎのタイツで失敗すると台無し！タイツ選びは慎重に☆

19page.com

見え レッスン2 ミニ&膝丈スカート＋タイツ・レギンス・トレンカ＋パンプスでおしゃれに脚細！

のスカート＋パンプスコーデこそタイツや“つなぎ”が肝心！ 脚細に見えるだけじゃなくおしゃれ感を演出できます。

シフォン膝丈スカート＋ラメ入りトレンカ＋ファーポンポン付きパンプス

脚が細く見えるラメ素材を流行のヘンシンカで取り入れる

ユウの“コレはNG!”

×スカート＋素足＋パンプスはダメ！

ユウのアドバイス
素足だと脚が太く見える上に、なんだか寒々しい印象。タイツや“つなぎ”を活用して！

あわせたのはコレ！

ボーダーパール付きニット¥3,990／アース ミュージック&エコロジー（アース ミュージック&エコロジー新宿）シフォンギャザースカート¥15,750／マカフィー（トゥモローランド）黒×シルバーラメトレンカ¥1,260／アフターオール（インデックス）ポンポン付きパンプス¥11,800／プールサイド（プールサイド 渋谷109店）

あわせたのはコレ！

細かいヘリンボーン柄タイツが脚の縦ラインを強調。パール付きロングカーディガン¥22,050／LHS ブロンディ（ブロンディ 渋谷店）ブラウス¥14,700／ルル・ウィルビー（アルアバイル）ティアードミニスカート¥9,345／フェルゥ（オンワード樫山）柄タイツ¥1,260／エフィング（福助）パンプス¥5,985／アフターオール（インデックス）

ティアードミニスカ＋ヘリンボーン柄タイツ＋エナメルパンプス

細かい柄なら膨張の心配なく、おしゃれな足もとを楽しめる！

上品膝丈スカート＋こげ茶リブタイツ＋薄茶パンプス

膝丈スカートもリブの縦ラインを印象づけて正解

あわせたのはコレ！

あわせたのはコレ！

ノーカラージャケット¥25,200／シップス（ミュージアム フォーシップス）フリル付きカットソー¥2,730／ディップドロップス（オンワード樫山）ウールフレアスカート¥10,500／プロポーション ボディドレッシング レギンス¥1,470／靴下屋（タビオ）トートバッグ¥4,935／ユニック パー ヴェールダンス パンプス¥14,700／ハーズ（ビバ・サーカス）

ジャケット¥28,350／カージュ（シップス ジェットブルー 原宿店）タートルニット¥2,990／ユニクロ シフォンスカート¥12,600／ディグレース（ビー・エックス）リブタイツ¥1,470／靴下屋（タビオ）バッグ¥42,000／ルージュルー（メゾン ルージュ）ネックレス¥6,090／ノーリーズ（ノーリーズ銀座店）パンプス¥17,325／モザイク パー エーボンブ（モード・エ・ジャコモ）

チェック柄ミニスカ＋黒トレンカ＋バックル付きパンプス

足首まですっぽり包むトレンカも下半身美人の武器

あわせたのはコレ！

あわせたのはコレ！

ラメツイードミニスカ＋厚手グレータイツ＋ブロンズパンプス

白ミニもグレーでつなげば自然なグラデで脚細完成！

ライダースジャケット¥36,750／プロポーションボディドレッシング シルバーラメタートル¥6,300／マカフィー（トゥモローランド）スタッズ付きチェックスカート¥12,600／RD ルージュ ディアマン トレンカ¥1,260／エフィング（福助）ネックレス¥2,940／ナチュラルビューティーベーシック パンプス¥6,195／デア ディア（デア ディア 渋谷店）

Vネックニット¥7,140／エロディ ネルソン（フランドル）ファーティペット¥4,830／ユニック パー ヴェールダンス スカート¥17,850／ジル スチュアート グレータイツ¥3,150／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）バッグ¥25,725／サマンサタバサデラックス（サマンサタバサデラックス表参道GATES店）ウエッジパンプス¥6,930／ユニック パー ヴェールダンス

細見えレッスン3 ショート・ハーフパンツ＋濃色タイツ＋ボリューム靴で確実に脚細

今や通勤にも休日にも欠かせない短め丈パンツはボリューム靴がグッドバランス。脚は濃色タイツでつないで。

千鳥格子ショートパンツ＋ダークブルータイツ＋リボン付きウエッジパンプス

ウエッジパンプスが作り出した細い足首を濃色タイツでキュッ！

19page.com

ユウの"コレはNG!"

✕ ショートパンツ＋フラットシューズはダメ！

ユウのアドバイス
ショートパンツにヒールのないシンプル靴だと、脚のボリュームが際立っちゃうよ。

あわせたのはコレ！

ピーコート¥50,190／ビッテン アップル（ブロンディ 渋谷店）カットソー¥5,460／ディグレース（ピー・エックス）ショートパンツ¥5,145／ヴェールダンス タイツ¥630／チュチュアンナ バッグ¥17,325／サマンサベガ（サマンサベガ プランタン銀座店）ウエッジパンプス¥19,950／オゥ バニスター（アバハウス インターナショナル）

あわせたのはコレ！

ニット¥14,700／アナイ ハーフパンツ¥7,980／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）タイツ¥630／チュチュアンナ ストール¥4,935／グレン プリンス（シップス ジェットブルー 原宿店）ブレスレット¥6,090／スタイル 81（ヴァンドームヤマダ）パンプス¥13,545／フィン

センタープレスハーフパンツ＋パープルタイツ＋ビッグモチーフパンプス

ボリュームパンプスとの対比で足首がほっそりきれい

ふんわりショートパンツ＋黒×グレーストライプタイツ＋レースアップブーティ

ふんわりショーパンと足首をきれいに見せるブーティで完全美脚

あわせたのはコレ！

あわせたのはコレ！

ふんわりショーパンが脚を細く見せ、広口のブーティが脚長効果を生む。ツイードジャケット¥13,650／エブローヴ（インデックス）ブラウス¥13,650／シップス（ミュージアム フォー シップス）キュロットパンツ¥10,395／フェルゥ（オンワード樫山）タイツ¥840／チュチュアンナ バッグ¥37,800／アナイ ブーティ¥15,750／エフデ（フランドル）

サテンショートパンツ＋こげ茶ケーブル編みタイツ＋ファー折り返しブーティ

足首下のファーがより脚をほっそり見せる魔法のコーデ

ロングニット¥12,390／フリーズ フレーズ（フリーズショップ）サテンショートパンツ¥6,993／エスピービー（インデックス）ロングネックレス¥18,900／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）タイツ¥1,575／リディ（福助）ブーティ¥26,040／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

黒ハーフパンツ＋ケーブル編みタイツ＋リボン付きブーティ

高ヒールブーティのボリュームが間の脚を細く見せる

あわせたのはコレ！

ロングニットカーデ¥14,490／フリーズ フレーズ（フリーズ ショップ）ボーダーカット… ヨル… クス… 650… バッ… パー… ¥31… ル… ナチュラルビューティーベーシック

あわせたのはコレ！

黒タイツ＋黒ウエッジパンプスは脚美人の鉄板法則

チュニックブラウス¥5,985／ディップドロップス（オンワード樫山）リブタートルニット¥7,350／ロペ ハーフパンツ¥1,490／g.u. タイツ¥630／エフィング（福助）バッグ¥6,195／ジェネリーク（パサージュ ミニョン）ネックレス¥10,500／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム 池袋西武本店）パンプス¥6,090／ナチュラルビューティーベーシック

細見えレッスン5 スキニーデニムならブーツイン!

スキニーデニムはブーツインして体のシルエットに見せれば脚細&脚長の完成。

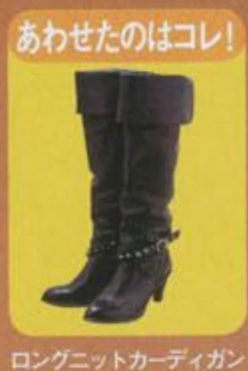
黒スキニーデニム＋黒ロングブーツ

あわせたのはコレ!

ベルト付きシフォンワンピース¥5,985／プーラフリーム リブタートルニット¥5,985／グリーンレーベル リラクシング（ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店）スキニーデニム¥22,890／ブルーカルト（ブルーカルト・ジャパン）ネックレス¥4,725／ミニマム ミニマム（ミニマム）バッグ¥5,985／ロペピクニックパサージュ ブーツ¥28,800／プールサイド（プールサイド 渋谷109店）

デニムレギンス＋幅太ロングブーツ

デニムレギンスなら、ブーツインもラクラク♪



あわせたのはコレ!

ロングニットカーディガン¥15,540／イネド（フランドル）チュニックブラウス¥4,410／ヘザー（ポイント）デニム風レギンスパンツ¥4,900／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）バッグ¥8,925／サック ブーツ¥37,800／オゥバニスター（アバハウスインターナショナル）

ブルーウォッシュスキニー＋折り返しロングブーツ

明るめ色のデニムも、ブラウンのロングブーツでぴりっと引き締め!

あわせたのはコレ!

ロングカーディガン×シフォンカットソー（セット売り）¥14,700／イネド、スキニーデニム¥10,290／エフデ（ともにフランドル）ベルト¥5,145／インディヴィ リボンモチーフネックレス¥8,400／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）ボルドーリボン×ボールコンビロングネックレス¥16,800／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿伊勢丹店）ブーツ¥38,000／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目店）

細見えレッスン4 フルレングスパンツなら華奢パンプス!

フルレングスパンツは足の甲をきれいに見せられる華奢パンプスをチョイスすれば間違いなし!

サルエル風パンツ＋スエードパンプス

サルエルパンツには甲浅パンプスをあわせて脚長を演出

あわせたのはコレ!

ボレロ¥16,800／アナイ リボン付き半袖カットソー¥3,990／フリージア バイ フリーズマート（フリーズ マート 自由が丘店）パンツ¥3,990／ロペピクニック ブレスレット¥7,770／プラス ヴァンドーム（プラス ヴァンドーム池袋西武本店）パンプス¥14,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

タック入りパンツ＋エナメルパンプス

ポインテッドトゥのパンプスならさらに華奢シルエット

あわせたのはコレ!

ロングジャケット¥26,250／レイ ビームス、ブラウス¥13,650／ラピス ルーチェ（ともにビームス タイム）パンツ¥14,700、ネックレス¥4,725／ともにロペ バッグ¥13,125／ミニマム ミニマム（ミニマム）パンプス¥29,400／銀座かねまつ（銀座かねまつ6丁目本店）

黒ウールパンツ＋シャイニーパンプス

肌馴染み色パンプスで甲からつま先まで一体化して見える

あわせたのはコレ!

ロングニットカーデ¥3,900／アンラシーネ ボーダーロング丈カットソー¥11,550／ボールジィ（トゥモローランド）パンツ¥19,950／ルージュ・ヴィフ（アバハウスインターナショナル）ベルト¥2,900／ザジ ネックレス¥4,725／ロペ パンプス¥30,450／ピッピ（ルビーリベット 有楽町）

19page. com

課外レッスン みんなの推薦

ユウもびっくり!

機能満載! 神タイツ

19page.com

冬場のOLの風物詩・タイツ。さまざまなタイツがある中から、steady.OLの支持を得たのは、

Q とにかく安くて大活躍なのは?

323/1000人中が推薦!

A 3コインズのタイツが安い!!

可愛い雑貨がすべて300円の「3コインズ」にあるタイツが「安いから大人買いできる!」と支持を集めました♪

お買い得♥

3コインズなだけあってもちろん¥315! パープル80デニールタイツ¥315／3コインズ（パルグループ）

出版社勤務 26歳 竹田ちなつさん

タイツって、消耗品ですよね。遠慮なくはき倒せるのがありがたいんです。

Q リーズナブルなのに丈夫なのは?

433/1000人中が推薦!

A ユニクロの80デニールやチュチュアンナの80デニールがみんなのヘビロテ!

お安く買ったのに、丈夫! そんなコストパフォーマンスが高いタイツはこの2つ!

メーカー勤務・28歳 宇野泰子さん

2足で990円なのに、本当に長持ちするんです♥ ヘビロテです!

IT関連会社勤務 28歳 鈴掛友里子さん

通勤中、通りがかりについつい買っちゃうんですが、何回はいても大丈夫なんです♪

〈上〉発色もきれいなユニクロのカラータイツ。厚さも十分! パープル80D タイツ（2足セット）¥990／ユニクロ〈下〉タイツならなんでも揃う、足もと専門ショップ。チャコールグレー80Dタイツ¥630／チュチュアンナ

厚さもしっかり♥

みんなのヘビロテ

Q あったかタイツといえば?

515/1000人中が推薦!

A ユニクロのヒートテックやアツギのレリッシュで足もとポカポカ♥

ユニクロのあったか定番「ヒートテック」やアツギの厚手タイツが真冬の通勤で大活躍なんです!

冬のユニクロ新定番

分厚くてあったか♥

〈上〉自ら発熱する素材を使ったヒートテックシリーズはもはや冬の新定番! グレーヒートテックレギンス¥1,500／ユニクロ〈下〉210デニール・パープルリブタイツ¥1,260 レリッシュ マットコレクション／アツギ

保険会社勤務 27歳 野中優子さん

脚を温めると全身あったかい気がする! もう手放せないアイテムです!

メーカー勤務 28歳 櫻井佳代子さん

分厚い生地とリブで保温性抜群! もこもこした質感も可愛いんです♥

Q 脚細をかなえる着圧タイツは?

463/1000人中が推薦!

A ワコールのスタイルカバーが支持されています!

脚をほっそり見せるだけじゃなく、はきながらエクササイズ効果もあるワコールのスタイルカバーが絶大な人気!

金融関連勤務 26歳 太田真由美さん

立ち仕事の日や長時間歩く日も、このタイツをはいていると疲れにくい気がします。

脚細をかなえる♥

計算された着圧ポイントが、歩行などの運動をすることで筋肉に刺激をあたえ脚をサポート。着圧タイツ¥3,360／スタイルカバー（ワコール）

Q カラータイツや柄タイツを買いにいくなら?

309/1000人中が推薦!

A 17℃や靴下屋がみんなの御用達♥

特にカラータイツや柄タイツを探しにいく! というときはこの2店が人気。お気に入りの一品が見つかるよ♥

17℃は柄が人気!

カラバリ豊富な靴下屋

〈上〉シンプルコーデのアクセントに欠かせない柄。千鳥格子タイツ¥2,100／17℃（17℃バイ ブロンドール ルミネ北千住店）〈下〉豊富なカラバリからお目当ての色をチョイス! エンジ110デニールカラータイツ¥1,050／靴下屋

塾講師 27歳 阿部美鈴さん

可愛い柄タイツを探すときはいつも17℃。おしゃれタイツが見つかります。

IT関連会社勤務・27歳 斉藤美紀子さん

カラータイツをいろいろ揃えたいときは靴下屋にいけば、ほしい色が見つかります!

Q 臭いが気になる…そんなときは?

305/1000人中が推薦!

A グンゼのトゥシェやアツギのハイマルチの消臭機能付きが人気!

むれやすいタイツ、ブー……らに心配……そんなとき……

マスコミ勤務・26歳 水野友貴さん

仕事帰りにお……のお店に行く……や友達のおうちに行くときに◎。

IT関連会社勤務・26歳 垰 智子さん

消臭だけじゃなく遠赤効果や静電気防止機能もうれしいです♥

……／トゥシェ（グンゼ）〈下〉パンティ部分は遠赤であったか、静電気防止機能もある消臭タイツ。黒80デニールタイツ（2足セット）¥819／ハイマルチ（アツギ）

デオドラント加工!

遠赤や静電気防止も!

成功ルール

大不況の中、就職活動に挑むステディ.読者へ応援企画第一弾!
そろそろ就職活動本格スタートの時期。「やっぱり見た目も大事でしょ?」ってことで、みんなが悩んでいるのが実は「就活スタイリング」。
そこで、就活勝ち組の先輩たちから、リアルな情報を仕入れました!

撮影/清水尚子[人物]、青木和也(REV.inc)[静物] スタイリング/柴山之和美
ヘアメイク/大島清子(roraima) モデル/渕上彩夏

●掲載商品のお問い合わせ先はP.158~159にあります。
●ヒールの高さはH○で表記。単位はcm(編集部調べ)。バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチをH×W×Dで表記。またポケットの数は【内○外○】と表示しています。サイズはすべてcm(編集部調べ)。

Can I be a new recruit?

就活生は実はこんなことで悩んでいます!

Q1 説明会、面接のスタイルで悩んだことは?

- ・YES 73%
- ・NO 27%

Q2 steady.読者、就活生の悩みは?

- 1位 何をどのくらい用意するのが正解?
- 2位 自分に合った職業は?
- 3位 面接が苦手

「スタイリングの中でもどのくらいまで大丈夫?」のボーダーラインが気になっている様子。

希望の就職先は?

メーカー、金融、公務員で半数以上。みんな堅実♥「迷い中」の回答も多数でした!

"成功組"の4つの法則で内定確実!

☑Check1
ヘアスタイルの目安は、「お辞儀をして起きたときにヘアが乱れないアレンジで」。色はダークめ。

報告「面接の隣の人のヘアがプリンなのが気になった。この人、だらしないんだろうなと思った…(ゆりさん・銀行勤務)」

美デザイン

Are you ready?
就活スタイル基本の㋖

①1に清潔感 2に好感度と心得て!

②相手(会社)のためのファッションを。迷ったらやめるが正解。

「ヘアは軽くなら巻いていいの?」「ネイルはしててもOK?」そんな微妙な相談は就職活動を終えた先輩にするのが正解! でも、迷ったらしないが正解です!

法則1
スーツは目的に合ったデザイン&バランス重視で選ぶ

19page.com

「売り場で言われるままに買ったらおばちゃんコーデになっちゃって…」という早くもお悩みの読者がいる様子。リクルートスーツはみんな同じではないのが最近の状況。色味や質感、ディテールを吟味して"自分に似合う" "希望の職種に適した" 1着をゲットしましょう♥

☑Check2
清潔感のあるシャツ。スーツはリクルート仕様のものを。シワ厳禁。

報告「大きな金ボタンがついたおば様用のスーツの人がいて、みんなにジロジロ見られていた(鈴木さん・商社勤務)」

先輩アドバイス 荒川香澄さん(大学就職課指導担当・27歳)

1着目は、どんな企業でもOKなスーツを。奇抜なものは、マイナスになることはあってもプラスになることはない!

☑Check3
ストッキングは自然な色のものを。明るすぎず、暗すぎず。

失敗「ものすごく明るいストッキングを選んでしまい、駅で鏡に映った自分を見て、驚いた(かとうさん・市役所勤務)」

みんなが買っているのはココ!

コムサデモードのデザイン性◎スーツ
のひかえめなステッチなデザイン派も満足。グレジャケット¥31,500 スカ¥16,800/ともにコムサモード(ファイブフォックス)

スーツカンパニーの機能性スーツ
着倒すのならお手頃価格がありがたい。黒ジャケット¥16,800 スカート¥7,140/ともにザ・スーツカンパニー新宿東口店

丸井の万能スーツ
大人っぽい濃いめのグレーストライプが人気。1つボタンジャケット¥23,000 スカート¥12,000/ともにアールユー(マルイ)

伊勢丹新宿店の上品スーツ
定番黒はシルエットと質の良さで決めて! ストライプジャケット¥34,650 スカート¥14,595/ともにサブリナ(伊勢丹新宿店)

☑Check4
靴とバッグはシンプルなもので。迷ったら黒が正解。

報告「キラキラしたスカルのついたバッグを持っている人がいた(篠田亜紀さん・自動車会社勤務)」

グレージャケット¥22,050 スカート¥10,290 靴¥10,290/すべてザ・スーツカンパニー新宿東口店 中のシャツ¥5,900 ネックレス¥2,900/ともにボナジョルナータ(ファイブフォックス) バッグ¥28,350/伊勢丹×ポーター(伊勢丹新宿店)※伊勢丹限定

就活の成功組から、"実際使えるリアルな情報" 届きました

絶対内定 就活スタイル

Q. あなたの見せたいイメージは何ですか?

A. 柔軟さなら....

好奇心&自主性を求められる職業に必要!

型をルールに沿って崩してゆけるセンスと柔軟性がマスト。自分のキャラにあったベストのスタイリングで勝負!

細みの1つボタンジャケット¥16,800 フレアスカート¥7,140／ともにザ・スーツカンパニー新宿東口店 シャツ¥8,190／エフデ(フランドル) バッグ¥7,980／エエィスィス バイ タミキョク スィス(オンワード樫山) 靴¥17,850／ワコール

A. 知的さなら....

「デキる女」ではなく、「一緒に仕事したい」と思ってもらうにはコレ

活動的な印象のスーツと上質なシャツで内定確実!

ジャケット¥13,650 パンツ¥8,400／ともにクリアインプレッション・ルアコンシャス（フランドル）シャツ¥12,495／サブリナ（伊勢丹新宿店）バッグ¥14,700／ザ・スーツカンパニー新宿東口店 靴¥23,100／コムサデモード（ファイブフォックス）

A. 誠実さなら....

信頼がカギとなる、金融業や教育事業に必要!

重くなりすぎないグレーのスーツにラインのキレイな白シャツで好印象

ステッチの入ったこだわりジャケット¥17,850 細い黒ベルト付き! スカート¥8,820／ともにナチュラルビューティーベーシック シャツ¥12,600／コムサデモード（ファイブフォックス）バッグ¥6,930／オフザウォール 靴¥15,225／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）

A. 女性らしさなら...

男性のサポートや、会社の顔となる接客業ならマスト!

黒スーツできちんとした中にも、薄いピンクのシャツで女性らしいキャラをアピール

黒ジャケット¥39,900 スカー ¥16,800／ともにコムサデモ ド（ファイブフォックス）シャ ¥14,700／キース（伊勢丹 宿店）バッグ¥4,760／アフ …ール（インデックス）靴 …レッション …ランドル）

こんな職業の人が向いてます

- マスコミ系
- アパレル系　接客業
- 音楽関連業界
- 美容関連業界
- クリエイティブ系

これで内定!!

伊藤花のこさん（マスコミ勤務・23歳）

変わった人はごく少数。他の業界よりも**ちょっと華やか?** くらいの印象でした。私の場合、たくさんのOB訪問で情報収集&大きな声が決め手かも。

こんな職業の人が向いてます

- 金融系 総合職
- メーカー総合職
- SE・IT系
- 広告代理店

これで内定!!

伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務・25歳）

キリッとした**格好で**面接を受けたところ、「**中身とギャップ**があるね」と。逆にギャップが印象に残ったみたい。

こんな職業の人が向いてます

- 公務員
- 接客・サービス業
- 金融系の一般事務職
- 要資格の専門職

これで内定!!

小林莉沙さん（保険会社勤務・23歳）

まとめ髪で、シャツは白。服が地味な代わりに、**表情や声のトーンに明るさ**を出すように気をつけたところ、元気がいい! と言われました。

こんな職業の人が向いてます

- 窓口、受付業務
- 商社系の一般事務職
- メーカーの一般事務職
- 食品系の一般職事務職

これで内定!!

林 亜紀さん（メーカー勤務・26歳）

基本マニュアルに忠実 に、シャツだけ薄い色の ものを着ていきました。 協調性を重視して、**浮 かずに乗り越える** ことが必須だと思います

19page.com

point
アップヘアは、目の位置よりも上だと、カジュアルすぎる印象に。

先輩アドバイス

上野真紀子さん
(IT関連会社勤務・28歳)
おだんごヘアで面接にきている子が。明らかにカジュアルすぎ…。

薄い青色は白よりも白く見える効果が。
顔色を明るく見せたいときにおすすめです

“デカ目”ではなく“目力”をアピールするメイクで。ひじきマスカラはNG。

point
時計は文字盤の見やすいシンプルなデザインのものを。

シャツ¥12,600／イネド ジャケット¥30,450、スカート¥13,650／ともにルスーク(すべてフランドル) ネックレス¥24,150／ヴァンドーム青山(ヴァンドーム青山 伊勢丹新宿店) 時計¥2,079／エニィスィス バイ クミキョクスィス(オンワード樫山)

法則2 シャツは、顔映りの印象&ジャケット+で決める

就活コーデで一番よく見られるのが実はシャツ。アイロンがきちんとかけられているのはもちろん、顔や性格などの印象を左右してしまうアイテムだから必ず試着してから購入しましょう。

先輩アドバイス 下間麻衣さん
(金融系内定・22歳)

実際に着るジャケットにあわせて買わないとダメ! あわないから**結局1回も着ないシャツ**があってもったいなかった。

こだわりの白シャツ

入社した後にも使える!
カシュクールボタン付きで2way仕様のお得ブラウス¥14,700／コムサデモード(ファイブフォックス)

¥17,850／グリーンレーベル リラクシング(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店)

¥14,700／ナチュラルビューティーベーシック

¥19,950／エフデ(フランドル)

女性らしさならボウタイブラウス!
周りと差をつけたい時に。リボン付きブラウス¥8,190／エア バイ ミキオ サカベ(ザ・スーツカンパニー新宿東口店)

プチプライスが嬉しい♥
すっきりタイプのフリルなら主張しすぎない。フリルブラウス¥5,040／ナチュラルビューティーベーシック

ちょこっとフリルのブラウス
フリルでも白ならば悪目立ちせず◎。フリルブラウス¥5,040／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

最新カラーシャツ

甘くなりすぎないピンクシャツ
柔らかい女性らしさを出しやすいピンクシャツは一枚は持っていたいアイテム。シャツ¥12,600／イネド(フランドル)

小さめな襟が、クリエイティブ
かぶる率が少ないグレーは勝負時に着たい。シャツ¥8,190／エア バイ ミキオ サカベ(ザ・スーツカンパニー新宿東口店)

まじめな印象をアピールするならブルー
清潔感あふれるブルーはどんな人にも好印象、間違いなし! シャツ¥3,990／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

襟がきっちり閉まるのもポイント
胸もとと袖の小さなフリルが適度な女性らしさを演出。パープルシャツ¥5,040／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

デキるのにソフトなイメージストライプ

ジャケットINで丁度いいフリル感
大きめのフリルで華やかさプラス。グレーフリルシャツ¥5,040／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

活発な印象を与えるブルーシャツ
あまりストライプを強調しない白のパイピングが○。ブルーシャツ¥5,040／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

スタイリッシュさを狙うなら
ストライプもベージュならスマートな印象に。どの色とも相性良し。シャツ¥5,040／ザ・スーツカンパニー新宿東口店

女性の先輩受けも◎
甘すぎないピンクのストライプはどんな人にもぴったり。ピンクシャツ¥4,900／アールユー(マルイ)

Column2 就活スタイル「何をどれだけ買えばいい?」データ

就活を終えた先輩1000人から、スタイリングやアイテムに関するデータを収集&就活中の妹世代からは質問を募集。みんなの知りたい就活スタイルのデータをここでチェック!

Q1 スーツはパンツ派? スカート派?

「可愛く見られたい」という意見もあって、圧倒的にスカート派。あえてパンツを選ぶのもテ?

Q2 スーツは何着用意しましたか?

形状記憶のスーツ1着で乗り切ったという意見が意外と多数。…リーズがマストでした。

Q3 スーツを選ぶ基準は?

1位 スタイルがよく見える
2位 しわにならない
3位 値段が手ごろ

スタイル・バランス重視派が多い模様。また、“ボトム2着付き”なども条件の上位に!

Q4 他の人を見て「ありえない」と思ったスタイルは?

1位 ミニスカート
2位 明るすぎるヘアカラー
3位 ラメ・グロスの派手な化粧

生と社会人 スカートの長さ境界線 ひざから上5cm。それ以上はNGです!

19page.com

Column1 使えて便利な就職アイテムNews

白シャツにひびかないインナー登場!!
邪魔にならないシンプルなタンクトップ。¥3,675 ヌーディカラーなら安心。キャミソール¥5,145／ともにインディヴィ

下着が透けにくい白シャツ!
どんなに決めても下着が透けていては台無し。これ1枚で安心! 透けにくい素材で作ったシャツ¥9,345／PraiaPraia(伊勢丹新宿店) *伊勢丹限定

節約上手の洗えるスーツ♥
クリーニングが必要ない洗えるスーツは就活の見方!! 黒ストライプジャケット¥30,450、スカート¥12,600／ともにイネド(伊勢丹新宿店)

19page.com

就活は長期戦。雨ニモ負ケズ、汚レニモ負ケナイバッグがマスト

point
慌てて書類が落ちてしまうことのない、チャック付きが最適。

水色シャツ¥12,600／イネド グレージャケット¥30,450 スカート¥13,650／ともにル スーク（すべてフランドル）ネックレス¥24,150／ヴァンドーム青山（ヴァンドーム青山 伊勢丹新宿店）バッグ¥14,700／クレイサス（伊勢丹新宿店）

先輩アドバイス 岡本ハナさん（IT関連会社勤務・26歳）
閉めるところは閉める! **アウトポケットのチャック**は意外と盲点です!

法則3 バッグは独立して立つA4サイズ

書類が入るA4サイズは当然マスト。更に、面接中にバタンと倒れてしまうと悪印象。独立して立っていられるかもチェックして。

オールマイティに活躍 シンプル

先輩アドバイス 太田真由美さん（金融関連会社勤務・26歳）
面接中に"バタン"と大きな音で、隣の人の**バッグが倒れ**、中身が全開! 大惨事に。

社会人になっても使える!
↓着るものを選ばないブラック。就職活動はもちろん、社会人のファーストバッグとしても◎。バッグ[H29×W36×D9]（外：0 内：4）¥6,930／サック

控えめならキャメルでも◎
↑ごちゃごちゃしていないシンプルさが◎。メタリックキャメルバッグ[H23×W33×D14]（外：2 内：4）¥9,345／ナチュラルビューティーベーシック

資料で重くなっても大丈夫♥
↑取っ手が太めで肩にもかけやすい。メタリックグレーバッグ[H26×W36×D14]（外：0 内：4）¥7,900／ボナジョルナータ（ファイブフォックス）

雨にも強いナイロン素材
↓入れるものによって柔軟な対応ができるナイロン製。ベージュのバッグ[H2… W38×D13]（外：0 内：4）¥4,410／ナチュラルビューティーベーシック

スマートに見せるなら、アウトポケット

明るめのグレーはコーデのポイントに
↓普段使いにもOKなグレーは、持っておくと便利なアイテム。[H29×W40×D14]（外：2 内：2）¥4,998／アフターオール（インデックス）

持ち運びが楽な軽め素材が◎
↓ギャザーのデザインもブラックなら、スマートな印象に。金具付きバッグ[H25×W36×D14]（外：2 内：3）¥4,935／アフターオール（インデックス）

マチが広めで使い勝手もいい!
↑便利な外ポケット付きなら、いつもスマートな行動に。ゴールドバッグ[H26×W35×D7]（外：4 内：5）¥8,190／ユニック パー ヴェールダンス

大きく開く間口がポイント
↑やわらかいイメージのデザインで、女子らしさもアップする。ブラウンのバッグ[H… W38×D15]（外：4 内…）¥6,930／ビーアンエンジ…

法則4 音がカツカツ鳴らない&太めヒールのパンプス

歩きやすさと安定性を重視してパンプス選びを。ただし、極太ヒールはスタイルダウンの元。太めヒールで足に合ったものを選びましょう。また、カツカツ鳴らないようヒールチェックも!

先輩アドバイス 山野由佳さん（IT関連会社勤務・25歳）
ヒールの底のゴムが取れていて、**ホール内でカツカツ音が**。気になって面接に集中できずに失敗!

機能性重視の痛くないパンプス

足先のクッションが前すべりを防止
←就活以外にも使える。持っていると便利な定番タイプ。パンプス¥15,225／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）
Point! H6

甲周りにゆとりで痛くない!
←背の小さい方におすすめ。高めのヒールでも疲れにくい。ブラックのパンプス¥18,900／ワコール
Point! H8

土踏まずフォローの機能性パンプ…
↑長時間歩いても疲れない… ブラックストラップ付きパン… ス¥11,340／プレタフレッ… ス（伊勢丹新宿店）
Point! H5

太めのスクエアヒールで安定性◎
→かかとをホールドするので疲れにくい。パンプス¥11,340／プレタフレックス（伊勢丹新宿店）※伊勢丹限定
Point! H5.5

足指下のジェリーで歩きやすい!
→ストラップが前の方にあるので、パンツスタイルのポイントにも。パンプス¥14,700／卑弥呼（卑弥呼）
Point! H5

スマートな印象のワンポイントパンプ…

スタイリッシュな印象に
←上品ギャザーは社会人になっても大活躍! 黒ギャザーパンプス¥13,440／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）
Point! H6

…大人な印象に
←第一印象で大事な足もとには輝きを。ブラウンパンプス¥18,900／elegance 卑弥呼（卑弥呼）
Point! H5

スクエア型の指型の人にお薦め
→スクエア型で低めヒールは1日中歩き回る日に! 茶色のパンプス¥13,650／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）
Point! H5

アパレル系志望者にお薦め
→トレンド感のあるステッチとリボンが◎。茶色のパンプス¥14,490／ダイアナ（ダイアナ 銀座本店）
Point! H5

こなれ感のある…ギャザーパンプ…
↑歩きやすく、脱げにく… ブラックのストラップ付… ンプス¥16,800／WA… NANO（卑弥呼）
Point!

Column3
就活中のピンチ脱出! BAGの中身

思わぬところで起こってしまうのがトラブル。そんなときにピンチを救ってくれたお役立ちアイテム 4 つを紹介します。

携帯の充電器

先輩アドバイス
大塚香りさん（メーカー勤務・25歳）
携帯に合否の連絡が来ることに。当日も就活中で外出なのに、携帯の充電を忘れことに気づき「!」。**コンビニで慌てて購入**しました。その後ずっとバッグの中に常備してます。

液体状&見えないばんそうこう

先輩アドバイス
中村まゆ美さん（保険会社勤務・24歳）
書類で**血が出るほど深く手を切って**しまったことが。かなり動揺しましたが、面接前だったので、たまたま持っていた透明なバンドエイドが役に立ちました!

手鏡とヘアワックス

先輩アドバイス
佐々木清香さん（不動産会社勤務・26歳）
ビル間の強風で**髪の毛がばっさばさに。ヘアワックス**を持っていたので、志望の会社と同じビルのトイレで慌てて直しました。雨の日にも同様重宝しました。

コンタクトレンズの替え&目薬

先輩アドバイス
垶 智子さん（IT関連会社勤務・26歳）
面接前に、**コンタクトレンズがポロリ。**過去に1度もなかったので、焦りましたが、**替えがあったので**事情を話して付け直すことができました。普段起こりえないことが起こるのも就活!!

19page.com

2010年最愛手帳大図鑑

2009年もいよいよクライマックスに突入! いちはやく来年のスケジュールに対応すべく、憧れブランド手帳、機能満載のトレンド手帳、キュートなキャラクター手帳など、機能的でおしゃれな手帳を完全網羅のカタログでお届けします! 楽しさが倍増する、手帳使いのQ&Aも必読☆

撮影／［静物］多田 寛（BEVINCO）［取材］片岡 祥（PPI）　スタイリング／河野素子　取材・文／土谷沙織　撮影協力／アワビーズ
※手帳のサイズは［タテ×ヨコ（cm）］で表記。●掲載商品のお問い合わせ先はP.158にあります。

憧れブランドをチェック!

3大人気ブランドの新作

クロエ、コーチ、ケイト・スペードニューヨークの人気ブランドから、最新手帳がリリース! 気分が上がるハッピー手帳で運気も上昇!

クロエ

Cholé

ッチ感と大人可愛さがュッと詰まった逸品

らしいデザインが人気のクロらは、エネルギッシュに一年ごせるビビッド&シャイニーーの手帳が到着! エンボス加ザーやゴールド金具が醸し出っちりとした重厚感と、女のしいポップカラーのコントラが新鮮! 左から、「PADDINON」アジェンダ[14.5×10]¥00、「ECLIPSE」アジェンダ5×10]¥28,350、「BAY」アンダ[14.5×10]¥42,000、ィル¥10,500／すべてクロエエ インフォメーションデスク)

OPEN

ィルは、パッと開けば一週間の予ー目瞭然のウィークリータイプ。なスケジュールシール付き。

OPEN

手帳カバーの内側には、カードや写真を収納できるミニアルバムも完備。ペットの写真を飾って癒されてもOK。

ケイト・スペード ニューヨーク

kate spade new york

ュートで存在感たっぷりの品ポップな手帳で気分上昇

洗練された大人ガーリーなテイストが乙女心をつかんで離さない、ケイト・スペード。ビビッドなバイカラーレザーと、クリスマス限定のキラキラシグネチャーの手帳は、どちらも手にするたびに幸福感を味わえる可愛さ。レフィルは、マンスリー&ウィークリーのスケジュール以外に、TO DOリスト、レストランメモなども。左から、グリーン[14.5×10]¥26,250、クリスマス限定のシグネチャー[14.5×10]¥21,000／ともにケイト・スペード ニューヨーク

OPEN

今年の新作は中を開けるとミントブルーに。内側にカードスロットが4つ、ポケットが1つ付いて収納力抜群。

OPEN

月ごとに差し込まれた可愛いイラストにテンションアップ! 便利なスケルトンの定規も付いて機能的。

コーチ

COACH

オプ アートとエレガントなレザーパイピングにノックアウト!

お仕事シーンに欠かせない、機能的でおしゃれなコーチの手帳。今年はオプ アート柄とレザーパイピングのコンビが上品な、シンプル手帳をチョイス! 将来プランやギフトリストなどを書き込める欄がある機能的レフィルはOLのマストハブ。左から、ゴールド×カーキ[17×11]¥32,550、ピンク×カーキ[17×11]¥32,550、アドレスレフィル¥3,150、ダイアリーレフィル¥2,100／すべてコーチ（コーチ・カスタマーサービス・ジャパン）

OPEN

マンスリーとウィークリー両方でスケジュールを管理できる優秀レフィル。様々な付加機能にも注目!

OPEN

開くと鮮やかなピンクが可愛い手帳カバーは、カードケースなどの収納も充実し機能的な仕様に。

機能的で使いやすい!

おしゃれなトレンド手帳

花柄、水玉、ハートなど、女のコらしさ
満点のデザインと、使いやすさを兼ね備えた
最新トレンド手帳をピックアップ♪

キャスを堪能できる
キュートな中身☆

乙女マインドを刺激するキャスキッドソン

キャスらしいノスタルジックなフラワープリントとドットのコンビがたまらない。毎日書き込むものだからこそ、見ていて飽きない可愛いものを使いたい! ジップ付きビニールカバーで汚れ知らず。[15×10.5]¥2,100/キャス キッドソン (渋谷ロフト)

ちょっとしたメモに
便利なノート付き

単体でも使える
アドレス帳は必携

キラキラ系手帳でテンションアップ!

左から、ポケットにも入る薄さが魅力のパープルラメ手帳。ビニールコートで汚れない。[15.2 × 10.3]¥714/渋谷ロフト、カバーにカードとペンが収納できるピンクのメッシュ手帳はノートブック付き。[19.5×13.5]¥1,680/イッツデモ (ワールド インフォメーション)

OLに欠かせない旬な情報がたっぷり

左から、日常のマナーはもちろん、占いや、ビューティ情報まで楽しくて役立つコンテンツが満載。ハートチャーム付き手帳。[16×11.3]¥1,764、自由に使えるメモ帳付きのクラシカルな千鳥格子手帳。[16×11.3]¥1,659/ともに東急ハンズ渋谷店

ビジネスマナーなど
役立つ知識を網羅!

2冊をカバーの左右に
はさんで使うタイプ

外側のポケットには
カードも収納できる

実力派に認定! ドット柄手帳

左から、マンスリーとメモ帳をはさんだホワイト×ピンク手帳。[15.5×12.3]¥1,050/東急ハンズ渋谷店、マンスリーと時間表が使いやすいゴールドのドット手帳。[18.5×13.5]¥1,890/アフタヌーンティー・リビング

たくさん書き込める
メモ冊子がイン!

ロマンティックな花柄に胸キュン♪

左から、カードもペンも収納できるビニールカバー付きで汚れない花柄手帳。[18.5×13.5]¥1,470、マンスリーの予定が一目瞭然でわかるフラワー×バレエシューズの手帳。[18.5×13.5]¥1,470/ともにアクティブ (アン プティ ウール バイ コンシェルジュ 新宿ルミネ店)

縦長のウィークリーが
使いやすい! メモ冊子付き

可愛くて見やすい
スケジュールシールも

インパクト大のモチーフにLOV

左から、カラフルストーンのイラストがポップなマグネット手帳。[18.5 × 10]¥1,785/アクティブ (アン プティ ウール バイ コンシェルジュ 新宿ルミネ店)、インパクトなクッキープリント手帳。[15.3 × 10.5] ¥1,050/東急ハンズ渋谷店

毎月の目標がしっかり
立てられる見やすい仕様

差し替えられる表紙の
カレンダーが便利!

ワーキングガールの機能性ダイアリー

左から、オレンジのビニールカバー付きの手帳。[18.5 × 13]¥1,890/マイ・スタイル・アジェンダ/ヴィヴァーチェ、表紙のカレンダーが差し替えられるピンクの手帳。[15 × 10.5] ¥1,470/アポイントメント・プランナー/カレンダー (ともにマークス)

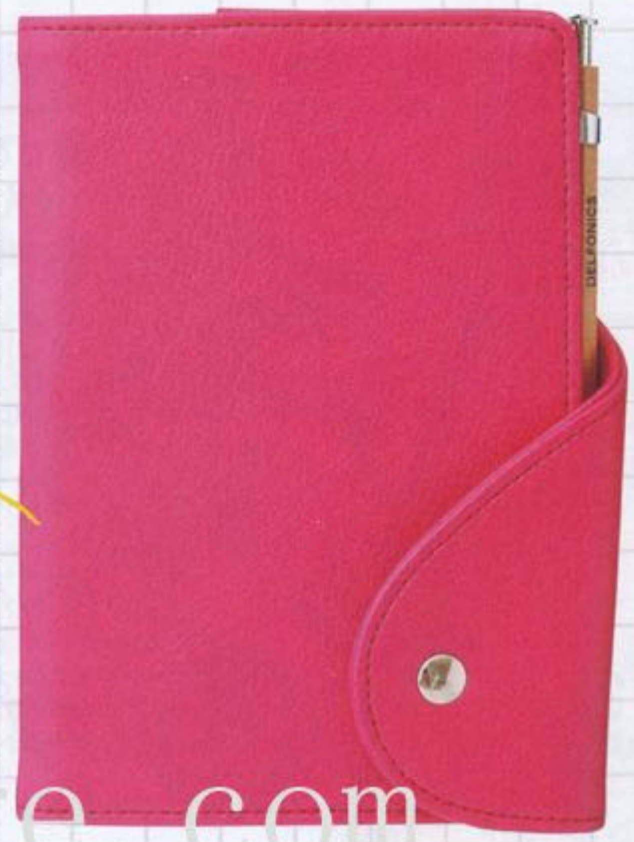
定期入れやカード
スロットなど収納充実

大人気サマンサタバサのロゴ型押し手帳

カード入れ、横スロット、定期入れ、ペン入れを完備した、優秀カバー。汚れにくいパテント素材も◎。左から、ゴールドカバー[14.7 × 10] ¥11,550、ダークブラウンカバー [14.7 × 10] ¥11,550/ともにサマンサタバサ (サマンサタバサ 新宿GATES店) ※12月上旬発売予定

最愛カラーのピンクを堪能!

ビビッドピンクのスナップ付きカバーは、ずっと使っていても飽きのこないシンプルなデザイン。見やすいリフィルのほか、メモ冊子、ペン付きで、買ってすぐに使いこなせる。[15.5×11]¥2,205/東急ハンズ渋谷店



メモ冊子&ペン付きで
速攻役立つ!

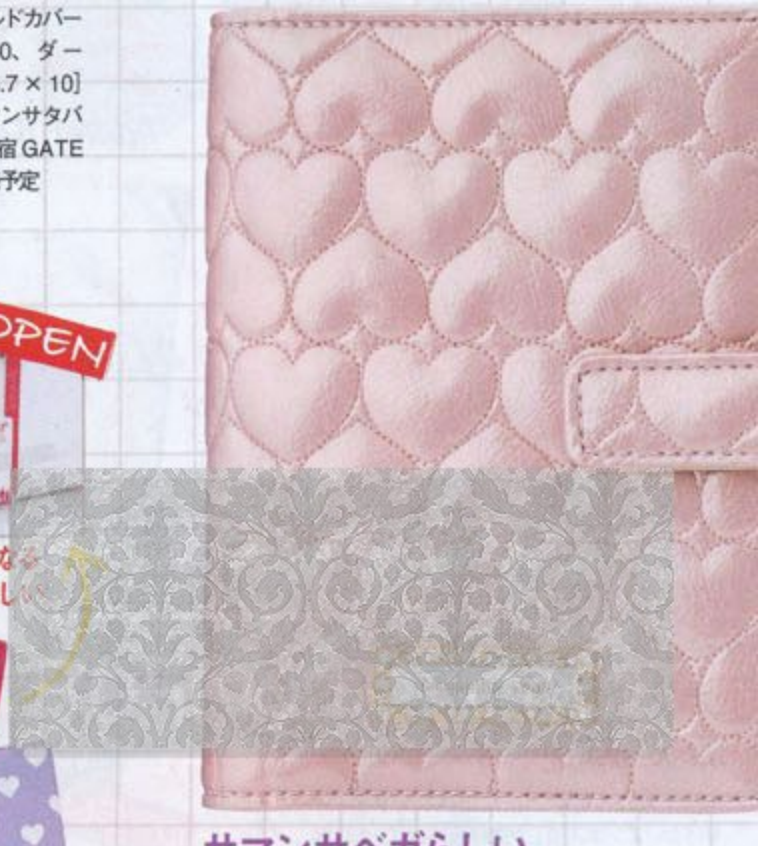
ブックマークになる
バンド付きが嬉しい

人気のクオバディスから最新作が登場!

左から、ラズベリーカラーがキュートな新作は、リングノートタイプでしっかり開ける。[16×16]¥4,830/クオバディス×タイム&ライフ (クオバディス・ジャパン)、使いやすいハート柄マンスリー手帳。[15.5×10.5]¥2,100/クオバディス×PLAZA (プラザスタイル)

Close up

PLAZA限定の
ハート柄に胸キュン!



サマンサベガらしいハートに一目惚れ

カード入れ5、横スロット3、定期入れ1の抜群の収納が魅力。好きなレフィルを買って使える、ハートのキルティングエナメルがガーリーな手帳カバー。[14.7×10]¥9,975/サマンサベガ (サマンサベガ プランタン銀座店)

透明カー
定期やね

19page.com

見た目も可愛い♥

人気のキャラもの手帳

見るたびに癒される、お気に入りキャラクターがモチーフの手帳。可愛いだけじゃない、使いやすさを追求したタイプが続々登場!

ミニーマウス
Minnie Mouse

気になるボディサイズやヘルスチェック欄も充実

キュートなシールでデコレーションして

インパクト大のキュートなミニー

左から、チェック柄やレース使いが可愛いマンスリー手帳。[18×12.5]¥2,940／©DISNEY（ディズニーストア 渋谷公園通り店）、ビッグリボンがマグネットになっていて使いやすい。マンスリー＆ウィークリー手帳。[18.5×13]¥1.470／©DISNEY（渋谷ロフト）

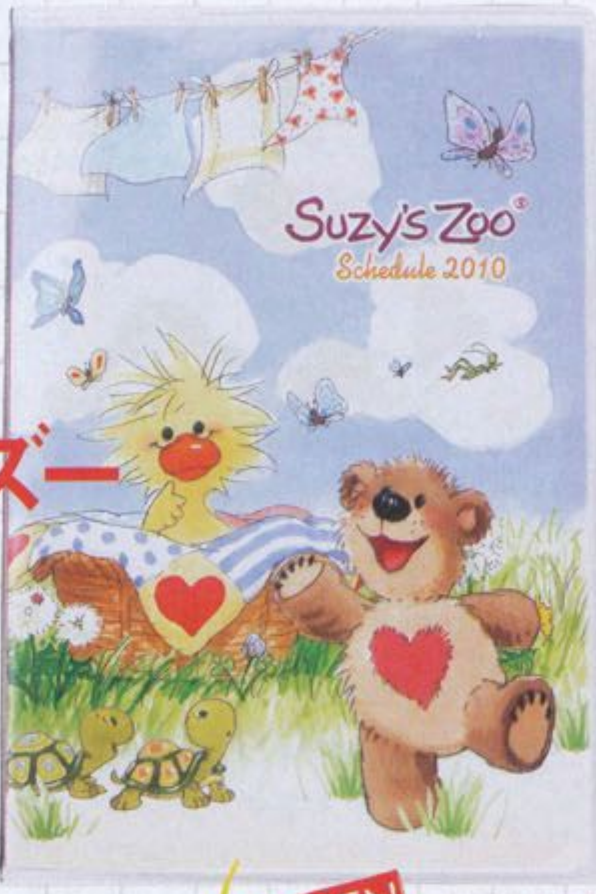
ハローキティ
Hello Kitty

カラフルなシール付きで中身をもっと可愛く♪

国民的アイドルのキティ手帳はファンに嬉しいシール付き

レトロなロゴと色使いで可愛さ倍増の、ビニールカバー付き手帳。マンスリーで一ヶ月まるごとのスケジュール管理ができるだけでなく、どのページにも可愛いキティちゃんのイラストがお目見え。[18.5×13.5]¥1,365／©株式会社サンリオ（渋谷ロフト）

スージー・ズー
Suzy's ZOO



パステルカラーの絵本風イラスト

ビニールカバー付きが嬉しい、ウィークリータイプの手帳は、予定をたっぷり記入できる。ヘルスチェック、ダイエットデータ、ウェイトデータ、カロリーデータ、サイズチャート、エイジチャートなど、ダイエットに役立つ情報が満載。[19×13]¥1,470／渋谷ロフト

©Suzy Spafford 2009
Lisenced by
PLAZASTYLE

健康管理に役立つデータ表を有効活用

ケアベア
CareBear

中身のイラストの可愛さにノックアウト

ファンタジックな癒し系が大人気

ら、もこもこの手触りが心地カバー付きマンスリー＆ウィリー手帳。無駄遣い防止に役家計簿付き。[16×11.5]75、マンスリー＆ウィーク両用のカラフルベアがキュー手帳。大きめサイズで書き込すい。[18.5×13]¥1,470／©TCFC（渋谷ロフト）

月々の出費がわかる家計簿付きが嬉しい

ミス・バニー
Miss Bunny

ちょいセクシーな表情に視線集中

収支チェックできる家計簿のほか、イヤープランニング、サイズチェック、ダイエットデータ、カロリーデータ、エイジチャートなどの情報もイン。スケジュールを把握しやすいマンスリー＆ウィークリー手帳。[15.3×10.5]¥1,050／©DISNEY（渋谷ロフト）

スウィートカラーのページで楽しさ倍増

リトルツインスターズ
Little Twin Stars

単体でも使えるアドレス帳が便利

大人になっても大好き永遠の愛されキャラ

キキララらしい星形チャームが付いた手帳はさりげないエンボス加工が高級感アップ。ペンホルダーやアドレス帳の冊子付きで使いやすさも◎。長期間きれいなまま使える、丈夫なビニール加工カバーの手帳。[15.5×10.5]¥1,890／©株式会社サンリオ（渋谷ロフト）

ティンカー・ベル
Tinker Bell

中身を開くとカラフルなイラストが可愛い♥

シンプルで見やすい機能的なページデザイン

女のコの憧れベルが大胆モチーフに

左から、顔のアップがインパクト大の手帳。カード入れとペンホルダー付き。[15.3×11]¥1,575／イッツデモ・©DISNEY（ワールドインフォメーション）、ベルのシルエットがキュートなピンク手帳。[15.5×10.5]¥1,050／©DISNEY（東急ハンズ渋谷店）

リラックマ
Rilakkuma

カラーインデックス付きで一目瞭然

癒しを求めるなら脱力系キャラ

左から、クラフト感がたまらないナチュラルな布カバー。マンスリー＆ウィークリー手帳。[18.5×13]¥1,554、コリラックマも登場したイチゴモチーフのカバーに癒される。見やすいスケジュール欄は機能的。ビニールカバーで汚れも目立たない。[19×13]¥1,260／ともにサンエックス株式会社

ページをめくるたび可愛さにウットリ

くまのプーさん
Winnie the Pooh

カロリーチェック表はダイエットの強い味方

持っているだけでほんわか気分に

左から、大判サイズでスケジュール欄が広くて書き込みしやすい手帳。[19×13]¥1,470、汚れ防止のビニールカバー付き。森の中にたたずむプーさんが癒し系。[15.3×10.5]¥1,050／©DISNEY（東急ハンズ渋谷店）

手持ちの手帳を変身！
手帳作りのQ&A

今よりもっと見やすく、可愛く
手帳を使いこなしたい！機能
簡単テクを手帳のプロから伝

》相談者

愛用しているのは赤のクオバディス。シンプルな手帳をもっと可愛く、わかりやすく見せたい！

メーカー勤務・28歳
宇野泰子さん

ボールペンで
仕事の予定だけを記載

》教えてくれる先生

株式会社マークス
PR担当
新井喜子さん
学生時代から雑貨をこよなく愛し、念願のマークスに入社した筋金入りの雑貨マニア。手帳使いのテクもさすが♪

Lesson 2
仮の予定や思いついたアイディアは貼ってはがせる付箋が便利！

Q とにかく地味な手帳の中身。大事な予定が見分け辛いんです

A カラフルなスケジュールシールを貼れば、予定が一目瞭然ですよ

「手書きの文字の近くに、スケジュールの内容に合わせたシールをはるだけの簡単テク。パッと見て予定が分かるだけでなく、見た目の可愛さも格段に上昇しますよ」

ステッカー
ケーキ、フルーツ、フラワーなどのモチーフが乙女心をくすぐるステッカー。手帳以外にも。各¥399／マークス

スケジュールシール
アイコンと文字が描かれたステッカー。小さなスケジュール帳でも場所を取らないサイズ感がグッド。¥210／マークス

Lesson 1
カラフルなシールとステッカーでまずは可愛くデコレーション

Q スケジュール変更があると、手帳がどんどん汚くなります…

A 付箋を使えば、手帳が汚れることなく変更に対応できます

「一度書いたスケジュールに変更があると、修正液で消すなど、いろいろ面倒ですよね。仮の予定やTO DOリストなどは、いつでもはがせる付箋に書くのがおすすめ」

付箋シート
手帳カバーの内側に差し込んで使えるから、携帯できて便利。B6用（2サイズ100枚入り）各¥378／マークス

スイーツ付箋セット
美味しそうなマカロンやケーキのイラストが、フォルムをいかした付箋に。ブック型がキュート。各¥630／マークス

Lesson 3
用途無限大のマスキングテープを駆使して手帳マスターに☆

Q 最近人気のマスキングテープ。使い方がよくわかりません

A マスキングテープは幅広い用途で使えて便利なんですよ！

1.「旅行など数日にわたる予定は、コマの長さに合わせてテープ貼れば一目瞭然。タテに切って細くしてもOK。上から文字を書るので内容も見やすいです」2.「ページの端をテープではさめに簡単にインデックスが完成。項目ごとに色を変えるのも有効で 3.「メモや、ショップカードなどを貼り付けても、一気におしゃ感がアップします。手で簡単にちぎった無造作感をいかすのもア透け感があるので重ね貼りもキュート」4.「カバーのデコレーシンにも有効です。文字を書くなら速乾の油性インキがベスト」

マスキングテープ
種類豊富だから、欲い色＆柄が見つかはず。柄違いのマスングテープ3巻セト各¥630／マーク

おしゃれで便利な最新グッズをチェック！

手帳バンド
左からビビッドなブルーバンド¥367、ボーダーバンド¥420／ともに渋谷ロフト、ピンクペンホルダー付きバンド¥609／デルフォニックス渋谷、リボンバンド各¥630／プラザスタイル

クリップ
左から、フルーツマーキングクリップセット¥577／デルフォニックス 渋谷、ハートクリップセット¥525／プラザスタイル

カラフル付箋
左から、インパクト大のソフトクリーム付箋¥525、ビビッドカラーがキュートなハート付箋（2個セット）¥210、マッチのようなデザインのキャンドル付箋¥242／ともに渋谷ロフト、クラフト感あふれるロマンティックな花柄の付箋¥420／マークス

チャーム付きスピン
クリ[illegible]フが[illegible]クセの[illegible]ックマーク。左から B6対応（M）¥7[illegible] A6対応（S）¥672 ともにマークス

ペンホルダー
左から、インパクト大の音符型ペンホルダー付きブックマーク¥714／東急ハンズ渋谷店、バネ仕様でペンを取り出しやすいメタルペンホルダー。シングル¥609、ダブル¥819／ともにマークス

19page.com

19page.com

ワンピース¥18,900／ドレスレイプ（ジオン商事）

"ヨーロッパの街並みの灯りをイメージしたコレクション"

eteで見つかる!

おねだりしたい♥クリスマスジュエリー

街にもイルミネーションが灯りはじめて、
クリスマス気分もどんどん高まっていきそう!
eteのクリスマスジュエリーは女のコらしさいっぱいの可愛いモチーフで、
彼におねだりしたくなっちゃう♥

撮影／［人物］今井 暖(biswa)、［静物］梶田麻矢(小笠原事務所)　スタイリング／七森美和　ヘア＆メイク／松永奈巳(S.)　モデル／田中美保
●素材の表記は、〈K10〉＝10金、〈SV925〉＝スターリングシルバー、〈YG〉＝イエローゴールド、〈PG〉＝ピンクゴールド、〈WG〉＝ホワイトゴールド、〈GG〉＝グリーンゴールドです。

豪華なジュエリーボックス付き!
「Christmas tree」「Illuminate」「Doily」にはこのボックスが付きます。

クリスマス限定「Illuminate」

イルミネイト

クリスマスの夜の光の彩りを思わせるコレクション。窓からのぞく灯りをイメージしたリングは3連1セット。ネックレスとピアスは、光をモチーフにした透かし模様に淡水パールがちりばめられたデザイン。1リング¥39,900（K10PG／YG／WG、ダイヤモンド、淡水パール）2ネックレス¥29,400、3ピアス¥25,200（ネックレス、ピアスともにK10YG、ダイヤモンド、淡水パール）／すべてエテ

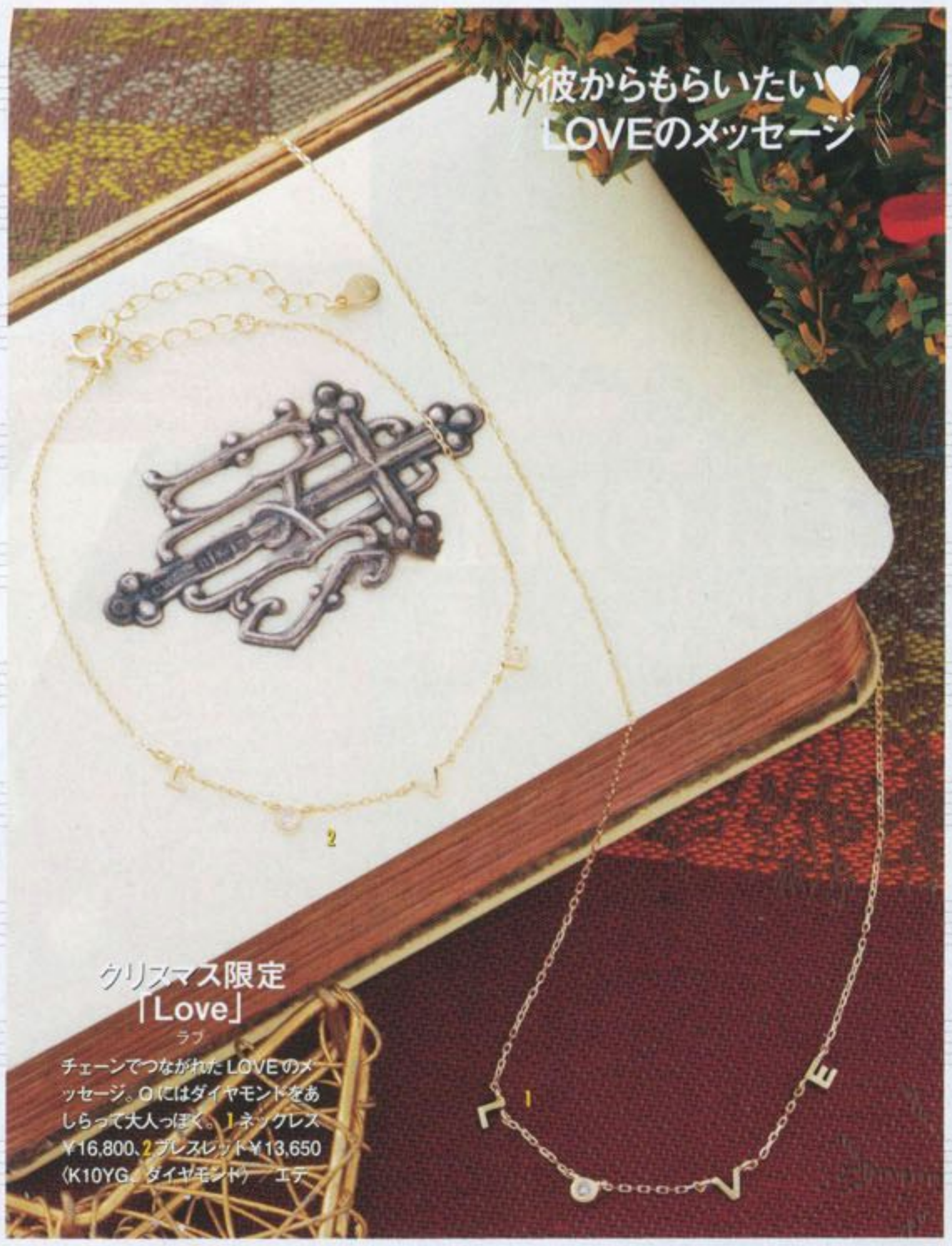
アンティークのレース編みみたいな暖かみが♥

クリスマス限定「Doily」
ドイリー
レース編みのお花とリーフをイメージ！1リング¥15,750〈SV925＋PG・YG・PTコーティング、キュービックジルコニア、エポキシ樹脂〉、2ネックレス¥15,750〈SV925＋PG・YGコーティング、キュービックジルコニア、エポキシ樹脂〉3ピアス¥10,500〈SV925＋YGコーティング、キュービックジルコニア、エポキシ樹脂〉／エテ

クリスマスツリーモチーフのボリュームたっぷりリング★

クリスマス限定「Tree」
ツリー
ツリーモチーフの3連リング。星、ハート、王冠のモチーフ。1リング¥13,650〈SV925＋PG・YG・PTコーティング、キュービックジルコニア、エポキシ樹脂〉／エテ

クリスマス限定「Christmas tree」
クリスマスツリー
トップにルビーをあしらった星が輝くクリスマスツリーイメージのコレクション。1本でつけても可愛い！2リング¥48,300〈K10PG／YG／WG／GG、ルビー、エポキシ樹脂〉／エテ



彼からもらいたい♥LOVEのメッセージ

クリスマス限定「Love」
ラブ
チェーンでつながれたLOVEのメッセージ。Oにはダイヤモンドをあしらって大人っぽく。1ネックレス¥16,800、2ブレスレット¥13,650〈K10YG、ダイヤモンド〉／エテ

「Princess」
プリンセス
女のコらしいティアラ、馬車、ハイヒールの3つのモチーフがキュート！ネックレス¥18,900〈SV925＋PG・YG・PTコーティング、キュービックジルコニア〉／エテ
※11月10日発売

女のコの憧れ！プリンセスジュエリー

●お問い合わせ先
ete
0120-10-6616
http://www.eteweb.com
http://www.eteweb-shop.com/

全国 Shop List

ete 青山店
ete 大丸札幌店
ete 札幌パルコ店
ete 仙台フォーラス店
ete bijoux 六本木ヒルズ店
ete+ アトレ恵比寿店
ete プランタン銀座店
ete bijoux 銀座松坂屋店
ete ルミネエスト新宿店
ete 池袋パルコ店
ete 吉祥寺パルコ店
ete グランデュオ立川店
ete 町田東急ツインズ店
ete 大丸東京店
ete ルミネ北千住店
ete ルミネ大宮店
ete クイーンズイースト店
ete bijoux ランドマークプラザ店
ete ラゾーナ川崎プラザ店
ete イクスピアリ店
ete ららぽーと TOKYO-BAY 店
ete 柏高島屋ステーションモール店
ete ラシック店
ete 金沢フォーラス店
ete 富山大和店
ete 大丸京都店
ete 大丸梅田店
ete 大丸心斎橋店
ete なんば CITY 店
ete beau なんばパークス店
ete 天王寺 MIO 店
ete 阪急西宮ガーデンズ店
ete 大丸神戸店
ete 紙屋町シャレオ店
ete リバーウォーク北九州店
ete 小倉井筒屋店
ete 岩田屋本店
ete 福岡天神大丸店
ete 熊本 New-S 店
ete アミュプラザ長崎店

19page.com

ジュエリー&ウォッチ

うびにしてもOKです★

撮影／[人物]今井 暖(biswa)、[静物]梶田麻矢(小笠原事務所)　スタイリング／七森美和　ヘア&メイク／松永奈巳(S.)　撮影協力／アワビーズ、イーズ　モデル／田中美保　※掲載商品のお問い合わせ先はP158にあります。
●素材の表記は、〈K18〉=18金、〈K10〉=10金、〈Pt〉=プラチナ、〈Sv〉=シルバー、〈Cz〉=キュービックジルコニア、〈YG〉=イエローゴールド、〈PG〉=ピンクゴールド、〈WG〉=ホワイトゴールドです。

Part. 1

あこがれブランドの腕時計♥

もは手が届かないあこがれブランドのウォッチ。
身につけるものだから、
スマスにちょっぴり背伸びしてゲット!

クレス¥18,900、
トモチーフウォッ
49,350／ともに
リフォリ（フォリ
リジャパン）ツイ
ジャケット¥33,
／ガラティア ネ
ド（バルコニー 代
店）リボンブラウ
12,600／スピッ
スパン（スピック
パン BC SALO
谷店）

”ハートのモチーフがガーリー♥
あこがれのフォリフォリ“

19page. com

フォリフォリ

FOLLI FOLLIE

ジュエリーも大人気のフォリフォリ。
華やかなデザインのウォッチも注目です!

読者に聞きました!

Q1 クリスマスにほしいのは?

1 ネックレス

1位はネックレス! 毎日身につけて彼の愛を感じられるから!? 昨年は、「2万円ぐらいの4℃のネックレスを買ってもらいました」（祐子／事務）、「スタージュエリーのネックレス。限定アイテム」（恵子／金融）など。

2 指輪

一緒に指輪を買いに行くのは女のコの憧れのワンシーン! 彼からもらうならどんな指輪でもうれしいけれど、やっぱり人気があったのはティファニーや4℃、アガットなど。ペアリングを買ったという意見もありました★

3 腕時計

彼にもらった腕時計なら、忙しいお仕事のときだって頑張れそう! 人気はフォリフォリやコーチなどあこがれ海外ブランドの腕時計。いつも身につけるアイテムだから、お気に入りブランドのアイテムがほしいみたい!

Q2 おねだりの予算は?

5万円以上 4%
3万〜5万円 9%
1万円未満 32%
2万〜3万円 21%
1万〜2万円 34%

クリスマスプレゼントは1万〜3万円ぐらいが相場のようでした! やっぱり定番はジュエリー、時計、お財布、バッグなどのいつも愛用できるアイテム。プレゼントは一緒に買いに行くよりも、サプライズでもらう方がうれしいという意見が多かった!

つけたのはコレ!

クリスタルガラスのハートモチーフがエレガントな時計を可愛らしく見せてくれます。きゃしゃさが◎。ハートモチーフウォッチ¥49,350／フォリフォリ（フォリフォリジャパン）

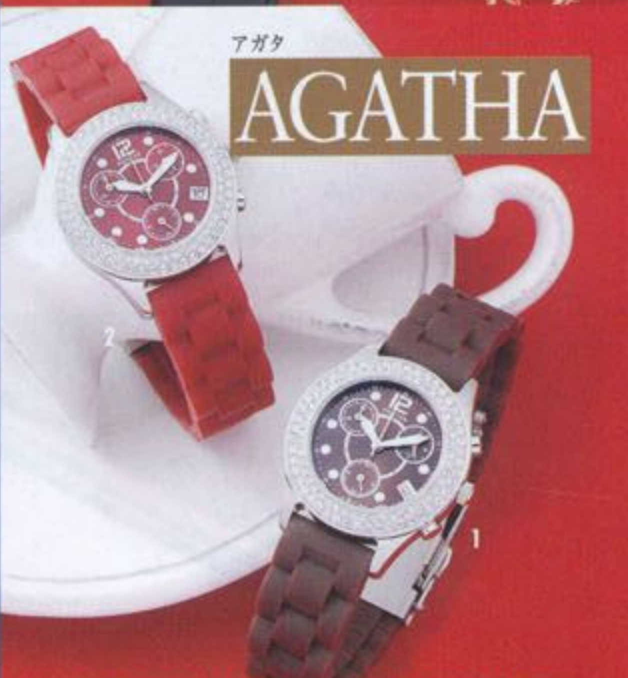
1 イエローゴールドと暖かみのあるブラウンレザーでクラシカルな雰囲気に。ブラウンレザーウォッチ¥36,750、2 型押しクロコが大人っぽい! ブラックレザー型押しウォッチ¥25,200／ともにマーク BY マーク ジェイコブス ウォッチ（フォッシルジャパン）

マーク BY マーク ジェイコブス

MARC BY MARC JACOBS

アガタ

AGATHA

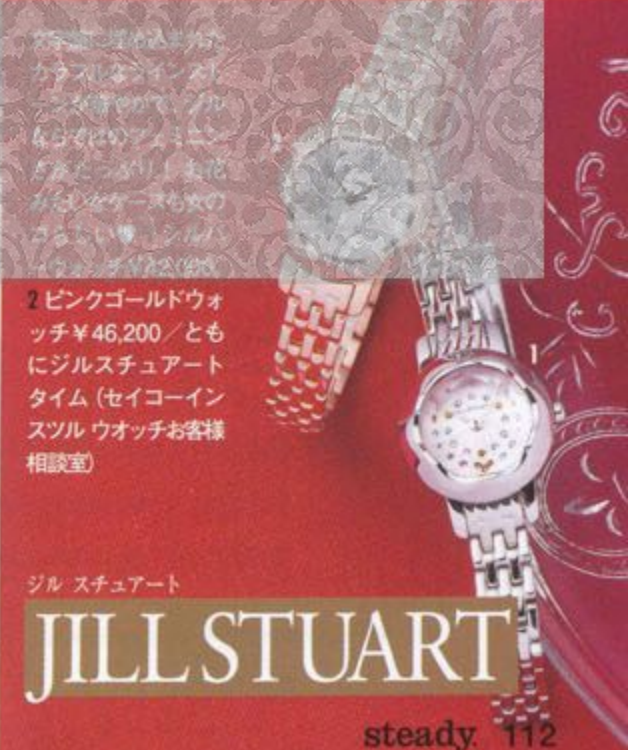


パリ生まれのブランド「アガタ」のウォッチはカラフルでキュートなデザイン。ラインストーンが華やかです。秒針まで読みやすい機能的なデザイン。1 ブラウンウォッチ¥40,950、2 レッドウォッチ¥40,950／ともにアガタ パリ（アガタ パリ伊勢丹新宿店）

1 バングルみたいな時計でコーデがおしゃれになりそう! 白ベルトウォッチ¥35,700、2 ネックレスみたいな珍しい時計。ポール & ジョーならではの猫モチーフがキュートでほしくなっちゃう! 猫ネックレスウォッチ¥34,650／ともにポール & ジョー（ワグ インク）

ポール&ジョー

PAUL & JOE



2 ピンクゴールドウォッチ¥46,200／ともにジルスチュアート タイム（セイコーインスツル ウオッチお客様相談室）

ジル スチュアート

JILL STUART

あこがれブランドのクリスマス限定アイテムをイチ早くご紹介★★★

クリスマスにほしい

クリスマスシーズンがやってきました！ 特別な日にほしいのは、いつも身につけていられるジュエリーやウォッチ。彼におねだりしても、自分への

"ジュエリーみたいに繊細なウォッチはデートにも◎"

つけたのはコレ！

パールのブレスレットとケースの繊細な彫刻がアンティークジュエリーみたい！ 文字盤にはダイヤがあしらわれた高級感あるデザイン。パールウォッチ¥65,100／アガット

アガット

agete

ジュエリーブランド「アガット」の時計は、きゃしゃなデザインで、ブレスレット感覚。

パールウォッチ¥65,100／アガット パープルニットワンピース¥13,440／レイ ビームス（レイ ビームス代官山）

ハートが連なったウォッチはガーリーでひとめ惚れ！ 文字盤にも可愛いハートが自己主張♥ 付け外しもワンプッシュでできて簡単なんです！ 1 シルバーウォッチ¥24,150、2 ブラックウォッチ¥29,400／ともにアニエスベー（セイコーウオッチ お客様相談室）

アニエスベー

agnes b

1 ピンクの文字盤がコーデに映える。ピンクゴールドウォッチ¥31,500、2 オリジナルのレリーフパターンが可愛い。イエローゴールドウォッチ¥29,400、3 人気の蝶モチーフ。ピンクゴールドウォッチ¥31,500／すべてアナ スイ（セイコーウオッチ お客様相談室）

アナ スイ

ANNA SUI

19page.com

アイボリーレザーウォッチ¥34,125／ディー＆ジー タイム＆ジュエルス（フォッシルジャパン）ピンクブラウス¥7,245／クロイスター（ジオン商事）ハートピアス¥22,050／4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）

"ご自慢アイテムになりそう！"

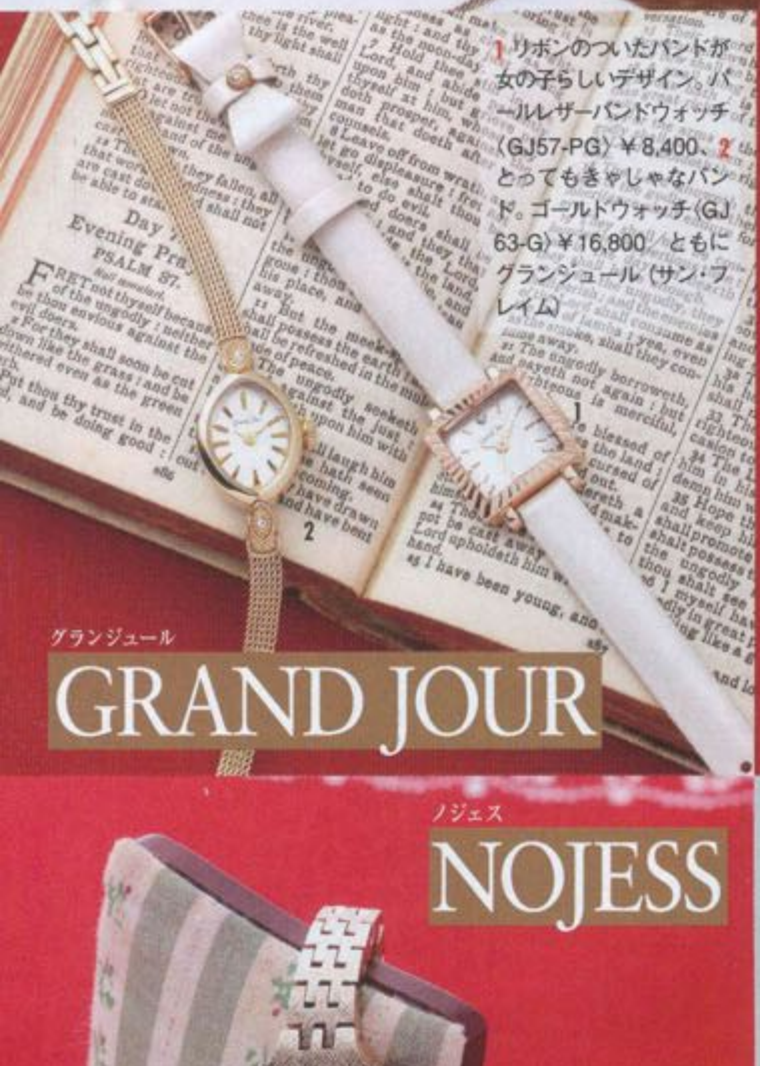
ディーアンドジー

D&G

人気のハイブランドなのに、時計はお手ごろなお値段で買えちゃうのがうれしい！

つけたのはコレ！

ラインストーンの「D&G」のロゴがキラキラ！ 日付もわかるのが便利です。アイボリーレザーウォッチ¥34,125／ディー＆ジー タイム＆ジュエルス（フォッシルジャパン）



1 リボンのついたバンドが女の子らしいデザイン。パールレザーバンドウォッチ（GJ57-PG）¥8,400、2 とってもきゃしゃなバンド。ゴールドウォッチ（GJ63-G）¥16,800／ともにグランジュール（サン・フレイム）

グランジュール

GRAND JOUR

ヨンドシー

4℃

ラインストーンで彩られた華やかなピンクゴールドのケース。小さめのフェイスが女性らしくエレガントにつけられる♥ ジュエリーブランドならではのダイヤがあしらわれた時計です。ピンクゴールドウォッチ¥65,100／4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）

ノジェス

NOJESS

人気のジュエリーブランド「ノジェス」からは、クリスマス限定のウォッチが登場！ シェルの文字盤にダイヤもあしらわれた特別感あるデザイン。ケースにはリボン模様がほどこされてます！ ゴールドウォッチ¥49,350／ノジェス ※クリスマス限定（BOX付き）

ckのウォッチはクールなヘビ柄。バングルみたいなデザインだから、アクセサリー風にコーデにあわせてもおしゃれ！ ヘビ柄シルバーウォッチ¥48,300／ck（スウォッチ グループ ジャパン ck ウォッチ事業部）

シーケー

ck

Part. 2

あこがれブランドのクリスマス限定ジュエリー♥

スマスならではの限定ボックスや特別なアイテムも人気ブランドから盛りだくさん登場中！ 今年も1年頑張ったごほうびに。彼におねだりしてもいいかも！

AHKAH

カーの直営店限定のクリスマスアイテム
きゃしゃなネックレス。重ね付けしても◎。

“毎日つけられるきゃしゃなジュエリーがうれしい♥”

トネックレス¥31,500／アー
ブラン、雪の結晶ネックレス
,100／ヴィヴィアンネージュ
にアーカー 神南本店）黒ブレ
ット¥21,000／アーカー ブラ
アーカー 神南本店）ラビットフ
ベスト¥22,050（スピック&
ン／スピック&スパン BC
ON 渋谷店）小花柄ワンピ¥
5／レイ ビームス（レイ ビー
代官山）

つけたのはコレ！

ギフトボックス

ートネックレス〈K18YG、ダイヤ〉¥3
00／アーカー ブラン、2 雪の結晶ネッ
ス〈K18YG、ダイヤ〉¥44,100／ヴィ
アンクチュール（ともにアーカー 神
店）※クリスマス限定。ボックス付き

スタージュエリー

STAR JEWELRY

クリスマス限定アイテムにはなんと可愛いホリデイベアのぬいぐるみ付き！ 色が選べます。

1 鍵モチーフのキーネックレス。留め金はLOVEのロゴでディテールまで大満足。2 鍵穴モチーフのブレスレット。 ネックレスとブレスレット2つセットで〈K10、ルビー〉¥29,400／スタージュエリー（スタージュエリー新宿高島屋店） ※クリスマス限定。ホリデイベアのスペシャルパッケージ付き。

フォリフォリ

FOLLI FOLLIE

華やかでボリュームあるデザインの大人気ブランド。
インパクトある大ぶりリングがうれしい！

1 シャンパンカラーストーンリング¥48,000〈参考価格〉、2 カラフルストーンリング¥48,000〈参考価格〉／〈ともにSv、Cz〉ともにフォリフォリ（フォリフォリジャパン）

ポンテヴェキオ

Ponte Vecchio

バッグをもった「プティ エメ」。ヘアアクセがセットになったスペシャルパッケージで。

着せ替えネックレス〈Sv、エナメル、ローズアメジスト、アメジスト、ピンクトルマリン〉¥39,900／ポンテヴェキオ（ポンテヴェキオ 銀座並木通り本店）※クリスマス限定。ヘアアクセがセットのスペシャルパッケージ付き

ンサ ティアラ

Samantha Tiala

ボンがあしらわれたオープンハート。
のこらしい上品なデザインが可愛い！

1 リボンモチーフネックレス¥36,750、2 リボンモチーフリング¥36,750／（ともにK18サマンサピーチゴールド、ローズクォーツ、ダイヤ）ともにサマンサティアラ（サマンサティアラ 新宿高島屋店）※クリスマス限定

ノジェス

NOJESS

きゃしゃアクセが可愛いノジェスからは、
フェミニンなディテールの限定ジュエリーが！

“プレゼントが3倍うれしい可愛い3連リングです！”

ギフトボックス

つけたのはコレ！

1 リボンとティアラをイメージした3連リング〈K10、ダイヤ〉¥34,650、2 アジャスター〈パール、オニキス、コーラル〉を選べるネックレス〈K10、ホワイトトパーズ、クオーツ〉¥26,250／ともにノジェス ※クリスマス限定。特別ボックス付き

3連リング¥34,650、ネックレス¥26,250／ともにノジェス 黒ラメニットワンピース¥6,195／マジーマルシェ（ジ・エンポリアム）

19page. com

19page.com

"寄り添うふたりの絆"をイメージしたコレクション

ヨンドシー

4℃

素敵なギフトボックスに3点セットのジュエリーが！ 大満足のクリスマスプレゼント

ギフトボックス

つけたのはコレ！

寄り添うハートのモチーフ♥ ダイヤネックレス、ハートネックレス、ハートリングの3点セット〈Sv、ダイヤ、Cz〉¥16,800／4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）※クリスマス限定。特別ボックス付き

ハートネックレス、ダイヤネックレス、ハートリングの3点セット¥16,800／4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）パープル小花柄ワンピース¥3,990／ピンク アドベ

エテ

ete

「カレイドスコープ」コレクションは、万華鏡をのぞいたようにストーンの内側にたくさんのハートが見えます。

1 リング〈K18WG、グリーンクォーツ〉¥39,900、2 ネックレス〈K18PG、ピンクアメジスト〉¥39,900、3 ピアス¥29,400〈K18PG、ピンクアメジスト〉／すべてエテ

イーエム

e.m.

輝くキュービックジルコニア★ゴールドのプレートにイニシャル刻印をしてくれる！

1 LOVEネックレス¥25,200、2 リング¥14,700、3 リング¥27,300、ギフトボックス¥1,575〈すべてSv、Cz〉／すべてイー・エム（プレスルーム）※クリスマス限定。K18のプレートにオーダーでアルファベット刻印。

アンテプリマ

ANTEPRIMA

ブレスとしても使用可能。ミンクファーなどのチャーム3点がセットに。ネックレス ¥15,750／アンテプリマ（アンテプリマ 新宿高島屋店）

予算別！このブランドのコレ！指名買い★

2連ネックレス¥10,500、フープピアス¥8,400／ともにジュジュ アイボリーニット¥22,050／ティアラ

”ロングの2連ネックレスは大きめイニシャルが可愛い♥”

予算 ¥10,000 で
ジュジュ
jou jouの
・イニシャル2連ネックレス
・イニシャルピアス

つけたのはコレ！

好きなストーンとイニシャルを選べるネックレスとピアス。オーダーして自分だけの特別ジュエリーを手に入れちゃおう♪ 1 2連ネックレス¥10,500、2 フープピアス¥8,400／ともにジュジュ※クリスマス限定。ジュジュ×アナザーエディションコラボ

¥15,000 ～ ¥20,000 で
…Cの
・…モチーフリング ・雪モチーフピアス
・…モチーフネックレス

雪の結晶をモチーフにしたコレクション。クリスマスらしい輝きに胸キュン♥ 1 雪モチーフリング¥15,750、2 雪モチーフピアス¥21,000、3 雪モチーフネックレス¥14,700／〈すべてSv、Cz〉すべて4℃（エフ・ディ・シィ・プロダクツ）

予算 ¥30,000 で
スタージュエリー
STAR JEWELRYの
・ターコイズリング
・ターコイズネックレス

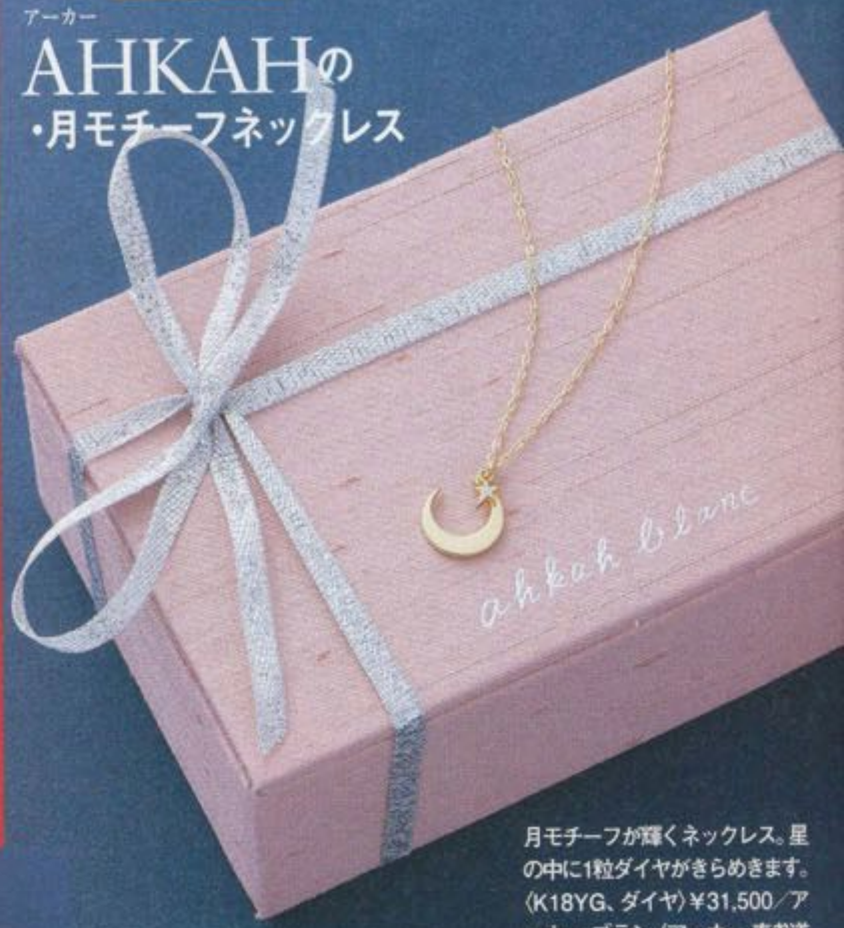
ターコイズならではのきれいなブルーが目を引きます★ 1粒ダイヤの輝きもきれい！ 1 ターコイズリング¥32,550、2 ターコイズネックレス¥31,500／〈ともにK18YG、ターコイズ、ダイヤ〉ともにスタージュエリー（スタージュエリー新宿髙島屋店）

予算 ¥55,000 で
アガット
ageteの
・ネックレス&リング2点セット

お花モチーフの上品なネックレスとリングが2点セットに。スペシャルボックスも高級感があって、ほしくなっちゃう！ 1 ネックレス、2 リングの2点セット〈K10YG、ダイヤ〉¥54,600／アガット ※クリスマス限定。特別ボックス付き

予算 ¥30,000 で
アーカー
AHKAHの
・月モチーフネックレス

月モチーフが輝くネックレス。星の中に1粒ダイヤがきらめきます。〈K18YG、ダイヤ〉¥31,500／アーカー ブラン（アーカー 表参道ヒルズ店）※クリスマス限定。表参道ヒルズ店限定商品。特別ボックス付き



¥25,000 で
…シルヴァ
…MANTHA SILVAの
…ートモチーフジュエリー2点セット

大ぶりのハートが目をひいて可愛い♪ 1 ハートモチーフリング、2 ハートモチーフネックレスの2点セット〈Sv、Cz〉¥26,250／サマンサシルヴァ by サマンサティアラ（サマンサシルヴァ 有楽町マルイ店）※クリスマス限定

…19page. com

¥10,000 ～ ¥15,000 で
…NNA SUIの
…リジナルモチーフネックレス

1 アナ スイのアイコンのマネキンモチーフネックレス。〈SV925、Cz〉¥13,650、2 鍵モチーフにおなじみのチョウチョが付いたネックレス。〈SV925、Cz〉¥9,450／ともにアナ スイ（アナ スイ 伊勢丹新宿店）※クリスマス限定

…算 ¥20,000 ～ ¥30,000 で
…OJESSの
…モチーフネックレス
…モチーフピアス

…三日月モチーフに形…るラインストーンが…められたおしゃれな…。1 月型ネックレス…¥13,650〈Sv、Cz、…、ネックレスチェ…10PG〉¥17,850、…ピアス〈Sv、Cz〉¥…／すべてノジェス

予算 ¥25,000 ～ ¥30,000 で
ミズキ
MIZUKIの
・天然石ブレスレット

それぞれ別なモチーフのチャームの天然石ブレスレット。1 白ブレスレット〈シルバー、スポンジコーラル〉¥25,200、2 パープルブレスレット〈シルバー、アメジスト〉¥28,350、3 クリアブレスレット〈シルバー、クリスタル、ダイヤ〉¥24,150／すべてミズキ

予算 ¥30,000 で
ヴァンドーム青山
Vendome AOYAMAの
・マルチカラーストーンネックレス
・オパールネックレス

1 ネックレス〈K10YG、オレンジサファイア、イエローサファイア、グリーンガーネット、ブルーサファイア、ライトアメジスト、ピンクサファイア、ルビー〉¥29,400、2 ネックレス〈K10YG、オパール〉¥31,500／ともにヴァンドーム青山（ヴァンドーム青山 伊勢丹新宿店）

予算 ¥15,000 で
ダナキャランニューヨーク
DKNYの
・ロゴ&アップル2連ネックレス

DKNYのロゴにはキュービックジルコニアがキラリ★ リンゴはNYの象徴で、2連にしても、別々でつけてもOK！ ロゴ&アップル2連ネックレス〈SV925、Cz〉¥12,600／DKNY（ヴァンドームヤマダ）※クリスマス限定

予算 ¥15,000 で
ジル スチュアート
JILL STUARTの
・リボン&ハートモチーフピアス

リボンにハートがぶらさがったデザインの女のコらしいピアス。ハートの部分をとりはずしてリボンだけにすることも可能な2wayです。リボンハートモチーフピアス¥12,600／ジル スチュアート（ヴァンドームヤマダ）

予算 ¥50,000 で
ベルシオラ
BELLESIORAの
・ダイヤネックレス

ダイヤをダイヤで囲んだ豪華なデザイン。上品な輝きです。ネックレス[illegible]
パーツ[illegible]
ラスク[illegible]
ルシオ[illegible]
ラスク[illegible]

宝島社のブランドムックに
大人気コスメブランドが初登場!

YVES SAINT LAURENT

唯一無二の革新的コスメティック

イヴ・サンローラン

ラグジュアリーで華麗なワールドが
一冊の本になった! 豪華特別付録つき!

19page. com

本誌限定特別付録
カサンドラが煌めく
イヴ・サンローラン
ロゴ刺繍
トート

インナーは鮮やかな
フューシャピンク!
機能的な内ポケットつき

contents

唯一無二のYSLの世界、その原点

名品から繙(ひもと)く
YSL BEAUTY、美の8要素

新時代へと羽ばたく、永遠の色マジック
艶があふれ出す4つの「顔(メイク)」

一度知ると離れられない YSLの肌、全解剖

YSL肌への第一歩
「見えないメイク」というスキンケア

YSL LOVE STORY
記憶に残る女の、フレグランス

……and more!

価格1300円 好評発売中!

宝島社 お求めは全国の書店、コンビニ、インターネットで。

詳しくはホームページへ。http://tkj.jp ケータイサイトはこちら→

掲載商品がスグ買える♥

オンもオフも可愛くいたい♥
秋の美保はガーリーカジュアル♥

steady.で大人気のガーリーカジュアル服が、なんとこの誌面で買えちゃうんです♥ とっても可愛い美保コーデ、「ほしい!」と思ったらケータイで即、アクセスしてね!

photo/[model]smile(peace monkey) [item]yutaka tada(rev inc.) styling/yo danjo hair&make/takayuki hazama(roraima) model/miho tanaka special thanks to Country Harvest

31 Sons de mode♥
トランテアン ソン ドゥ モード
可愛くておしゃれ。甘いだけじゃないカジュアル上手なブランドを、この機会にゲットして♥

ON
美シルエットなツイードコートは羽織るだけで通勤美人の完成♥

OFF
可愛いだけじゃ物足りない! 休日のデート服は甘辛にキメて

着たのはコレ!

リーカジュアルの達人
さのさじ加減上手。甘
ピには少しハードなア
を羽織って甘辛カジュ
に仕上げて。ファー付き
ダースコート ¥22,050、
ピース ¥9,975、ネックレ
2,940、クラッチバッグ
25、タイツ ¥1,995、プ
トフォームシューズ
75 すべてトランテア
ン ドゥ モード

バッグはコレ!

ックなチェーンバッグな
ら通勤もOK! センスが
光るクールなバッグで他
のコに差をつけちゃおう!

下に着たのはコレ!

上品カジュアルなミックスツイードのコートは休日にも活躍。同素材のスカートとセットアップ風に着こなして。ツイードコート ¥18,900、コートに付けたブローチ・ターコイズのもの ¥2,940、星型のもの ¥2,625、黒の石×ビジューのもの ¥1,995、タートルニット ¥7,980、ツイードスカート ¥7,980、チェーンバッグ ¥7,980、ブーツ ¥11,550 すべてトランテアン ソン ドゥ モード

ガーリーカジュアルってこんなスタイル

- ☑ 可愛くて品があるスタイルが大好き♥
- ☑ 通勤は毎日スカートだ
- ☑ デニムスタイルも"可愛く"が鉄則
- ☑ やっぱり"可愛いね♥"って誉められたい♥

私もガーリーカジュアルです♥

通勤服も可愛くいたいから、甘めコーデが鉄則です。ガーリーカジュアルがツボなんです。
倉形まなみさん
(医療関係勤務・27歳)

休日にカジュアルにするときだって、甘い要素を外さないのがマイルールなんです。
安岡あゆみさん
(メーカー勤務・21歳)

可愛いうえにリアルプライス!
31 Sons de mode♥は女のコの味方!

ady.でも大人気のロング
ﾞ。エンブレム調のボタンも
れ。¥6,930 /トランテア
ン ドゥ モード

ほしい!
黒のロングカーデ
は使い勝手抜群!
わず 買
子さん
関連会社勤務・23歳)

←スタイルがよく見える細身のウールコート。膝丈くらいの着丈。¥17,850 /トランテアン ソン ドゥ モード

私もほしい!
前を閉めるとドレスっぽいコートはデートや冬のイベントにぴったり!
上野真紀子さん
(IT関連会社勤務・28歳)

→着るとすっきりラインで可愛いツイードワンピはちょっとしたお出かけに。膝丈。¥11,550 /トランテアン ソン ドゥ モード

私もほしい!
華やかさのあるツイードワンピだから、友達との食事会に着ていきたい!
中子さん
(保険会社勤務・27歳)

←膝上丈のニットワンピ。フリルとボーダーの甘辛バランスが抜群。¥8,925 /トランテアン ソン ドゥ モード

私もほしい!
忙しい朝でも1枚着るだけで可愛くなれるデザインがツボです♥
宇野泰子さん
(メーカー勤務・28歳)

→流行のムートンブーツは脚がきれいに見えるミドル丈&黒がオススメ! ¥6,930 /トランテアン ソン ドゥ モード

私もほしい!
ミドル丈&黒なら脚細効果で中背の私でもきれいにはきこなせそう!
池田 舞さん
(メーカー勤務・28歳)

↑もこもこした質感のミニフレアスカート。シンプルなトップスと好相性。¥6,930 /トランテアン ソン ドゥ モード

私もほしい!
可愛いスカートがあればベーシックニットもガーリーにコーデできます。
平川ちひろさん
(メーカー勤務・27歳)

ガーリーで上品なスタイルは

ロペにお任せ！

→ベーシックコーデに羽織るだけで簡単可愛いボーダーカーデ。ビーズで作られたリボンブローチは取り外し可能。¥9,975／ロペ

私もほしい！ きれいめボトムにもデニムにもあうボーダーカーデ。1枚あると便利そう！
平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳）

↑膝下丈のワンピース。ジャージー素材&シフォン素材のコンビ。シワにならずに使いやすい！ ベルト付き。¥14,700／ロペ

私もほしい！ 大人シンプルなデザインなので、普段使いもよそ行き使いもできそう♥
上村菜津子さん（金融関連会社勤務・23歳）

↑OLの心強い味方、ツインニット。中のニット、カーデともに別々にも使えるデザインが施され、活躍間違いなし！¥9,975／ロペ

私もほしい！ それぞれ可愛いので別々に使いやすそう！ 上品デザインでヘビロテ決定。
古月里奈さん（商社勤務・23歳）

↑軽くてあったかなダウン風ブルゾン。腰までの着丈できれいに着こなせる、イチオシのアウターです。¥11,550／ロペ

私もほしい！ これなら、ハードになりすぎずフェミニンに着こなせそう！ ほしいです♥
倉形まなみさん（医療関係勤務・27歳）

↑ファーのボンボン付きキャンバス地トートバッグ。持ち手がラメのワザアリデザイン。オンにもオフにも◎。¥8,925／ロペ

私もほしい！ ラメとファーのコンビが可愛すぎる！ いっぱい入って通勤にも活躍♪
竹田ちなつさん（出版社勤務・26歳）

↑おしゃれ度が高い、コクーンシルエットの膝丈スカート。冬コーデをトーンアップしてくれる華やかスカート。¥13,650／ロペ

私もほしい！ モノトーンが多い冬の彩りアイテムとして活躍しそう！ 1枚投入するだけでおしゃれ♥
安岡あゆみさん（メーカー勤務・21歳）

ON
ネイビー×グレーのコートは差し色スカートで華やかさをプラス

OFF
レディなツイードジャケットとボーイフレンドデニムで上級カジュアル

ROPÉ
ロペ
女のコらしい上品なデザインで不動の人気を博すブランド。ロペを着れば好感ガール間違いなし！

ノーカラーのツイードジャケットは通勤はもちろん休日にも大活躍。ロペの大人気シリーズのボーイフレンドデニムとコーデすればたちまちおしゃれ上手。ツイードジャケット¥29,400、カットソー¥4,725、ファーマフラー¥12,600、デニムパンツ¥11,550、バッグ¥8,400、パンプス¥18,900／すべてロペ ※パンプスは購入できません。

きれいめカジュアルなコートが1枚あれば、可愛い通勤コーデもお手のもの。ベーシックなコーデもおしゃれに格上げしてくれます。スカートにもパンツにもあう優秀コート。コート¥29,400、タートルニット¥5,775、ネックレス¥4,725、スカート¥13,650、バッグ¥15,750、ブーツ¥29,400／すべてロペ ※ブーツは購入できません。

なんと！ 送料無料!!

このページの掲載商品がケータイサイト「ガールズショッピング」で買えちゃうよ♥

やり方はとっても簡単♥

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

この見開きでほしい商品をチェック！（ロペのモデル着用分の靴以外はすべて購入OK！）

携帯電話で右のURLもしくはQRコードで専用モバイルサイトにアクセスするだけ！

★購入方法は携帯でアクセスするだけ！

携帯電話で

http://gw.tv/s/?1107steady

もしくはコチラのQRコードからモバイルサイトにアクセスしてください

★送料は無料です！

なんと、このページからお買い上げいただいた31 Sons de mode♥とロペの商品は送料無料！ お洋服分をお支払いしていただくだけ！

※このページに記載されているURLを経由してご購入いただいた場合のみ、送料無料の対象となります。

★掲載商品の販売スタートは

11月7日12時（正午）

※パケット通信代は別途かかります

問い合わせ先：support@i.gw.st

girls shopping

特別プレゼント！

合計先着50名様にノベルティをプレゼント！

31 Sons de mode♥の商品を税込15,000円以上お買い上げの方の中から先着30名様、ロペの商品を税込[illegible]円以上お買い上げの方の中から先着20名様に[illegible]ノベルティをプレゼント！

31 Sons de mode♥のエコバッグ
先着30名様

トランテアン ソン ドゥ モードからはキュートなエコバッグをプレゼント。ゴールドのロゴがゴージャスです。

ロペのフェイスミスト
先着20名様

ロペからはロクシタンのフェイスミストをプレゼント。心地よい香りで仕事中の気分転換にもってこい！

19page.com

Happy Christmas

“今だけのスペシャルアイテムでとびきりキュートに変身！”

コフレ&コスメプレゼント 応募のきまり

紹介したコフレ&コスメをプレゼント！ 左ページ下の半券に希望の商品の番号をひとつ記入し、ハガキもしくは封書に貼付のうえ、住所、氏名、年齢、電話番号、職業を明記のうえ下記住所までお送り下さい。締め切りは12月6日（当日消印有効）です。
※お送りいただいた個人情報は、本プレゼントのみに使用し、第三者に流出させることはありません。また、雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号の他の懸賞に当選できない場合があります。

〒102-8388
東京都千代田区一番町25
（株）宝島社「steady.12月号コフレ&コスメプレゼント」係

っこが使用!!

ワンピース¥69,300／アルアバ [illegible]

19page. com

92名に大プレゼント!!

ームがいっぱい！ 今だけの限定アイテムをいち早くチェックしてね！

撮影／［人物］菊池 史、［静物］片岡 祥（PPI） ヘア&メイク／間 隆行（roraima） スタイリング／［人物］谷内 瞳、［静物］真瀬貴子 モデル／矢野未希子 撮影協力／EASE

PAUL&JOE
ポール&ジョー

宝箱のような大人可愛いボックスに一目ぼれ♥

3 1名様

ゴールド系のブラウンは使いやすく、洗練された目もとに仕上げてくれるアイシャドウ。グレーのアイライナーでスタイリッシュな印象に。アイ カラー キットⅠ 002 スペルバウンド【限定発売】¥7,140／ポール&ジョー ボーテ

COFFRET D'OR
コフレドール

華やかに輝く理想のフェイスにチェンジ♪

1 1名様

2 1名様

アイシャドウとルージュがひとつのパレットにIN。コフレドール ラグジュライトコレクション（左から）01 スウィートラグジュ 02 クールラグジュ【11月16日限定発売】各¥3,675（ともに編集部調べ）／ともにカネボウ化粧品

BEAUTÉ de KOSÉ
ボーテ ド コーセー

5 1名様

ボルドーカラーで艶めく美人オーラを演出

お菓子みたいなボックスに入ったスペシャルなセット。人気のアイファンタジストはボルドーを中心としたフェミニンなカラー。のせるだけのポンポンチークは、パーティでも活躍しそう♪ ハンドクリームは甘いドルチェのような香りに♥ ファンタジスト コレクション Ⅱ【11月20日限定発売】¥5,250／ボーテ ド コーセー

LUNASOL
ルナソル

4 1名様

純白のきらめきでピュアな雰囲気をまといたい!

ライティングパウダーの輝きでパーティの主役になれそうなアイシャドウをはじめ、アイライナー、グロス、パウダーなど、どのアイテムもホワイトを基調にした光感の美しいアイテムがセットに。ルナソル パーティコフレ2009【11月14日限定発売】¥6,825／カネボウ化粧品

＼限定／ ＼限定&新作

真冬のコフレ&コスメ

1年に1度の楽しみ、クリスマス限定のコフレやコスメ。豪華なアイテムが勢ぞろいし、見た目も中身も可愛いア

steady.12月号
コフレ&コスメプレゼント応募券

19page. com

この時季だけの贅沢なセットアイテム

ひとつはほしい♥クリスマス限定コフレ!

やっぱりクリスマスなら豪華な組み合わせが楽しめるコフレがイチオシ。今年のコフレは見た目はもちろん、使いやすさもバツグンなものが揃ってます!

ESTĒE LAUDER

エスティ ローダー

7
1名様

“ゴールドで一段と洗練された大人っぽさを気取れる”

とつで、いつもと違う美しさをもたらす贅沢なメイクアップセット。
ラッチにもなるサテンのポーチがぐっと大人っぽい。グッド アズ
ールド 2009【12月1日限定発売】¥6,925／エスティ ローダー

6
1名様

“ほんわりメイクで聖女みたいな透明感のある表情に”

光を閉じ込めたかのようなピュアな輝きを放つアイテムで、フレッシュで清楚な印象に。クリアピンクをまとえば、イノセントな自分を手に入ります! イルミネイトファンタジー コレクション【11月16日限定発売】¥3,675（編集部調べ）／ボーテ ド コーセー

ESPRIQUE PRECIOUS

エスプリーク プレシャス

9
1名様

“メイクを格上げするパウダーでいつもと違う自分に♪”

やさしげな陰影を作り出すフェイスパウダーと、マルチに使えるスモークブラウンのパールパウダーのセット。ハイライティング パウダー&パール パウダー セット 002 マジカル グロウ【12月4日限定発売】¥7,140／ポール&ジョー ボーテ

PAUL&JOE

ポール&ジョー

“ナチュラルなセミマット肌で男の子も釘づけ!”

8
2名様

shu uemura

シュウ ウエムラ

ロングセラーのファンデ&ベースに定番のクレンジングオイルがセットになったまさにベースの達人コフレ。黒のポーチのほか、ティッシュケースとハンドミラーもセットでうれしい。シュウ ウエムラ クリスマス キット2009【限定発売】¥8,715／シュウ ウエムラ

laura mercier
ローラ メルシエ

有能ミニブラシを携帯していつでも完璧肌

12 1名様

どこでも完璧な顔をかなえる、ローラメルシエのブラシのミニサイズ。使いやすいポーチとセットに。タッチアップブラシセット2009【限定発売】／ローラ メルシエ

KesalanPatharan
ケサランパサラン

キラキラのパッケージとバラ模様で乙女心を狙い撃ち!

11 1名様

チーク&ハイライトに使えるコンパクトは外側にスワロフスキーが用いられていて、とにかくキラキラ! 山羊の毛のフェイスブラシと人気のグロスも一緒に。ジュエルドローズ【数量限定発売】¥8,400／ケサランパサラン

ettusais
エテュセ

きらめく星をモチーフにした限定アイテ

10 3名様

限定ポイントメイクアイテムをスペシャルポーチにセットして。この季節だけのキラキラ感を満喫。プラチナスターパウダー¥1,890、プラチナスターアイグロス（上から）PK,GD各¥1,680【すべて11月19日数量限定発売】／すべてエテュセ※プレゼントのアイシャドウはいずれか1色、色は選べません。

LANCÔME
ランコム

お気に入りの香りをいろんな形で楽しんで♥

15 2名様

3種類の中から好きなフレグランスを選ぶと、同じシリーズのシャワージェルとボディローションがセットに。フレグランス キット【限定発売】¥6,300もしくは¥7,875（選ぶフレグランスによって異なります）／ランコム
※プレゼントの香水は「マニフィーク」になります。

MARY QUANT
マリー クヮント

14 1名様

キュートなポーチとどこまでも出かけたい!

一風変わったスティック状のメイクアイテムはアイシャドウ、ネイル、イレーザー、フレグランス、グロス。カラフルなポーチは他にはないサイズと使いやすさでうれしい♥ プレイフル プレイヤー（ホワイト）【数量限定発売】¥9,975／マリークヮント

Ex:beaute
エクスボーテ

フェイスカラー、パウダーベース、グロスの3点は時間がたっても明るい肌色をキープできるエクスボーテならではのラインナップ。エクスボーテ ブライトニングコフレ【11月25日数量限定発売】¥8,190／マードゥレクス

光と色のテクニックで女優肌をかなえる!

13 3名様

SUQQU
スック

18 3名様

毎日のメイクに欠かせないマスカラ、アイライナーはホワイトクリアパールを配合した限定色。印象深いまなざしをつくるキット。2009 クリスマス メイクアップ キットC【12月4日数量限定発売】¥6,090／スック

この時季だけの限定カラーで目もとに雪の輝きを添えて

FANCL
ファンケル

17 1名様

いつもより特別なセットで美肌をゲット

花の成分に注目し、うるおいを守りながら肌ダメージを予防するセット。ジェル状美容液、夜用クリーム、総合美容液にマスクとコサージュつきポーチで豪華! スペシャルコンセントレーションキット 2009【11月20日数量限定発売】¥4,900／ファンケル

HABA
ハーバー

16 3名様

ツイード風の黒のポーチにファンデ、フェースパウダー、チーク、ブラシ、リキッドルージュをIN。ビューティドールコレクション【数量限定発売】¥5,985／ハーバー研究所

これひとつできめ細ドーリーフェイスに

アイテムひとつでホリデーメイク完成!

冬の新作&シーズン限定コスメ♥

この時季にもうひとつ注目したいのが、冬の新作&限定のコスメ。シーズンならではのカラーやキラキラ感にくぎづけです♪

AUBE couture
ーブ クチュール

目もとと口もとのベストマッチカラーがひとつに!

大ヒットの見たまま塗るだけアイシャドウに、相性のいいルージュがセットに。上品なメイクがこのパレットだけで完成します。オーブクチュール デザイニングジュエル コンパクト(左から)01、03、04、02【すべて数量限定発売】各¥5,250/すべて花王ソフィーナ

20 1名様 21 1名様 22 1名様 23 1名様

27 1名様

ツヤツヤのリップがつくれる5色セット

laura mercier
ローラ メルシエ

ふっくらと魅力的にみせてくれる人気の[illegible]グラッセ。定番色3色&限定色2色の[illegible]セット。ミニリップグラッセセット【限定発[illegible]】[illegible]5,985/ローラ メルシエ

24 1名様 25 1名様 26 1名様

ラグジュアリーな指先がキラリ☆

宝石のような輝きを手元に添えてくれる限定ネイル。パープルのパッケージが大人な雰囲気! ネイルカラーL(上から)008、007、009【すべて12月1日限定発売】各¥2,100/すべてソニア リキエル

SONIA RYKIEL
ソニア リキエル

ツヤめく唇はラメ入りのリップづかいで魅力的に仕上げて

19page. com

\みっこが使用!!/

ANNA SUI
アナ スイ

19 3名様 (2色セット×3)

みっこは001を使って透明感のあるナチュラルな輝きに仕上げ♥ アクセサリーにしてもキュートなサイズも可愛い。ミニ ルージュ(上から)001、303、304、305各¥2,100/すべてアナ スイ コスメティックス
※プレゼントは001&303、001&304、001&305のいずれかの2色セット。色は選べません。

ワンピース¥28,350/アルアバイル
ファーティペット¥29,400/アナイ

M・A・C
マック

31 1名様

M・A・Cからは限定発売される6色から、クールな組み合わせのこちらをチョイス。凛としたまなざしを手に入れて! ミネラライズ アイシャドウ メイヘム【限定発売】¥2,940／M・A・C

“ゴールド×シルバーでクールに決めて”

BOBBI BROWN
ボビイ ブラウン

30 1名様

“人気アイテムでエレガントな表情をメイク”

人気のシマーブリックのミニサイズが登場。フェイスカラーとして、アイシャドウとして、マルチに活躍するアイテムです。シマーブリック コンパクト（サンドストーン）【12月1日限定発売】¥5,460／ボビイ ブラウン

MAYBELLINE NEW YORK
メイベリン ニューヨーク

29 10名様

“ツヤ肌&インパクトアイがこのセットで!”

旬顔になれるメイベリン ニューヨークのマストアイテム。（左から）ボリューム エクスプレス マグナム ウォータープルーフ【11月14日発売予定】¥1,260、ピュアミネラル BBベース¥1,785、アイステュディオ クリーミィ ジェル ライナーS08、S09【ともに限定発売】各¥1,260／すべてメイベリン ニューヨーク

GUERLAIN
ゲラン

“上品パールで洗練された目もとに”

28 1名様

…によってさまざまに表情をチェン… ラディアント シャドウ カラー パレ… No.407【11月27日限定発売… 8,085／ゲラン

GIVENCHY
ジバンシイ

“パールの美しさを閉じ込めた限定コレクション”

33 1名様

真珠からインスパイアされたコレクションを3つセットで。繊細な輝きがエレガント。（左上から時計回りに）グロス・アンテルディ No.21¥3,675、ル・プリズム・アイズ・パール¥8,925、パラダ・アイズ・ライナー No.6¥3,990【すべて限定発売】／すべてパルファム ジバンシイ

HELENA RUBINSTEIN
ヘレナ ルビンスタイン

“まぶたに光と色でつくる魅力をプラス!”

19page. com

32 1名様

4色で陰影をつくり、印象的な目もとを作り出す無敵のパレット。ウォンテッド アイズ パレット 07 ベルベット シマー【限定発売】¥7,350／ヘレナ ルビンスタイン

agnès b.
アニエスベー

“ゴールドの輝きで特別感をプラス!”

37 1名様

38 1名様

ゴールドのグリッター入りマスカラや、ラメ入りネイルでキラキラを満喫!（左から）アニエスベー マスカラ アイドルアイズ¥2,415、アニエスベー ミニ b. EX ギャラクシー プラム ¥1,575【ともに11月9日限定発売】／ともにCCBパリ

REVLON
レブロン

“女子度を上げるピンク盛りのネイル”

36 3名様

ホリデーシーズンこそ、いろんなピンクの指先で自分を魅力的に演出して。ネールエナメル リミテッド（左から）＃009、＃008、＃010、＃007【すべて12月6日限定発売】各¥735／すべてレブロン

BOURJOIS
ブルジョワ

“ひとめ惚れしちゃうヴィンテージデザイン”

35 3名様

チーク3色とアイカラー5色のセットでトレンドフェイスに。ブラッシュ パステルジュ ヴィンテージコレクション＃32、33、34各¥2,100、オンブル ポピエール ヴィンテージコレクション＃04、08、25、72、90各¥1,995【すべて12月24日限定発売】／すべてブルジョワ

Parado
パラドゥ

34 5名様

“冬ならではの北欧の世界観をカラーで…”

水はがれに強いネイルと、目もとやチークなどマルチに使える単色シリーズ。パラドゥ フレッシュネイルズ（左から）PL09、BL16、WT12各¥380、パラドゥ フレッシュカラー（左から）PL01、GY02各¥500／すべてパラドゥイミュ…

真冬はスペシャルアイテムでうるおいを

限定スキンケア&ボディケア♥

乾きがちな冬のボディやヘアも、限定アイテムでうるうるに。女に磨きをかけるアイテムがいっぱい!

WELEDA
ヴェレダ

リラックスタイムに
ぴったりのオイルセット♥

40
1名様

ディケアで幅広い支持を得るヴェレダのオイルが6種類セットに。プレゼントにしても
ばれるはず! ハーバルオイル ミニセット【11月15日数量限定発売】¥2,940／ヴェレダ

L'OCCITANE
ロクシタン

39
2名様

チェリーの香りで
スウィートな気分♪

甘いチェリーの香りに、スウィートアーモンドオイル配合でしっとりすべすべ。スウィートチェリー ボディクリーム【11月26日数量限定発売】¥5,775／ロクシタン ジャポン

THE BODY SHOP
ザ・ボディショップ

42
1名様

アプリコットが贅沢に
漂う大人のボディケア

19page.com

ボディシャンプー、ボディバター、スクラブ、ソープ、泡立てネットでたっぷりボディケアできちゃいます。ブラックベルベット アプリコット シーズナルディライツ【11月13日限定発売】¥5,775／ザ・ボディショップ

AYURA
アユーラ

41
1名様

香りとうるおいを与える煙突タイプのアロマディフューザーは要チェック。ナイトセンティッドコレクション【11月20日限定発売】¥12,600／アユーラ ラボラトリーズ

やすらぐ香りで1日の
疲れをリフレッシュ

LUSH
ラッシュ

44
2名様

毎日のバスタイムが
ハッピーに♪

スイーツみたいに甘い香りのバスグッズを中心に、定番やシーズナルアイテムが盛りだくさんのギフトセット。心をこめて【限定発売】¥5,670／ラッシュジャパン

ÍPSA
イプサ

ボディスクラブ、ボディセラムに加えて、WRとのコラボアイテム・アフターバスキャミでお風呂上がりを楽しく。クリスマス ボディキット 2009【限定発売】¥5,250／イプサ

43
3名様

今年のイプサは
WRとのコラボ!

ORIGINS
オリジンズ

"ジンジャーのあたたかみでボディケア"

47 1名様

ほのかにスパイシーなジンジャーの香りが魅力的なボディクリームとロールオンタイプのフレグランス。ちょっとした贈り物にもぴったり。ジンジャー ジョイズ【11月27日発売】¥4,200／オリジンズ

Dr.Ci:Labo
ドクターシーラボ

"透明感のある肌を手に入れたいならコレ"

46 1名様

大ヒットのブライトニング美容液にうるおいを導くアイテムを組み合わせて。ディープモイスト&ブライトキット【11月20日数量限定発売】¥5,250／ドクターシーラボ

AMORE PACIFIC
アモーレ パシフィック

45 1名様

コリアンジンセンウォーターを使用した化粧水と洗顔ソープに加え、マスクやクリームなど、トータルラインナップでしっかりと肌を美しく整えて。アジアン ボタニカル キット【12月1日限定発売】¥11,500／アモーレパシフィック

"韓国流スキンケア トータルで楽しめ"

CLINIQUE
クリニーク

50 1名様

"冬こそ美白で明るく輝く肌を手に入れて!"

冬の間にじっくりと美白ケアをするなら、セットがオススメ。ダーマ ホワイト ラボ ブライト コンプレックス ホリデー セット【11月19日数量限定発売】¥10,290／クリニーク ラボラトリーズ

HOUSE OF ROSE
ハウス オブ ローゼ

"クリスマスを盛り上げるキュートなクラシックプー"

© Disney
Based on the "Winnie the Pooh"works by A.A.Milne and E.H.Shepard.

毎年おなじみのプーさんのクリスマスセットが今年も登場。ストロベリー&シャンパンの香りで女子度もアップ♥ クラシック プー ギフトセットSC【数量限定発売】¥2,940／ハウス オブ ローゼ

49 2名様

AVEDA
アヴェダ

"しなやかな髪が手に入る トラベルサイズのヘアケ"

48 1名様

美しい髪をかなえるヘアケアセット。ポーチはフィリピンのヤシの葉を編んだものでナチュラルに。アイテムはトラベルサイズで旅行などにも持ち運びに便利。しなやかな歓び【限定発売】¥4,620／アヴェダ

乾燥が進む季節にうるおいを与えるためのスキンケアセット。肌を美しく見せるグロスもセット。モイストバランス〈ブリリアント アクア〉【数量限定発売】¥5,775／アクセーヌ

ACSEÍNE
アクセーヌ

"うるおいを閉じ込め輝く肌を取り戻す!"

53 3名様

Deep Impact
ディープインパクト

52 3名様

ヒアルロン酸やコラーゲンを配合した唇用美容液。乾燥、皮むけ、縦ジワを防いでふっくらとした魅力的な唇に。ディープインパクト リップアクアリブ【数量限定発売】¥2,940／マードゥレクス

"ふっくらリップをつくる美容液トリートメント"

LISSAGE
リサージ

"ハリと弾力を引き マッサージにト"

51 2名様

初回限定のスペシャルセットはマッサージングバーつき。肌のキメをととのえてふっくらとした肌に。リサージ ボーテ サーキュベリアマッサージ スペシャルセット【12月16日限定発売】¥10,500／リサージ

こもこパーカ¥13,44
(スリーフォータイム
オン商事)

”肌質別のパーフェクト保湿で
赤ちゃんみたいなぷるすべ肌に♪“

\教えてくれたのは/
美容皮膚科医
友利 新先生
皮膚科医・内科医。
現在、都内のクリニックに勤務の傍
ら医師という立場から美容と健康を
医療として追求。美しく生きる為の
啓蒙活動を雑誌・TVなどで展開中。

肌キレイだねって
ほめられちゃう♥

正しい保湿で素肌美人!

気温も湿度も低下するこの時期、美肌キープのためにとにかく重要なのが保湿！ 当たり前でしょ、と思ったら大間違い。正しい保湿ケアで、この冬こそトラブル知らずの肌に！

影／[人物]菊池 史、[静物]片岡 祥(PPI)　ヘア&メイク／間 隆行(roraima)
タイリング／谷内 瞳　モデル／矢野未希子　取材・文／青柳恵美香

19page.com

この世の肌すべてに保湿が必要なワケ

「保湿」とは、洗顔以外のスキンケアすべてのこと。肌表面は本来、刺激から肌を守り、水分の蒸発を防ぐバリア機能の役割を果たす皮脂膜でおおわれています。でもクレンジングや洗顔をすると、メイクや汚れとともにこの皮脂膜も落とされてしまうことに。そのため洗顔後の肌は、とても無防備な状態。刺激を受けやすく、何もしなければ肌内部のうるおいはどんどん逃げてしまいます。そこで必要になるのが「保湿」。うるおいというと水分だけを与えればいいと思いがちだけど、重要なのはそのうるおいをキープすること。つまり、水分と油分の両方を補ってはじめて「保湿」したといえるのです。

正しい保湿ができていない肌は、たとえれば乾燥ワカメのようなもの。ツヤも弾力もなく、刺激が加わればボロボロに。肌もまったく同じこと。水分が足りなければ、透明感やハリはダウン。肌に加わった刺激をはね返す弾力もないので、放っておけば、小ジワやたるみ、毛穴開きが加速してしまうことも。

つまり、今ある肌悩みを解決したいなら、高価な美容液やマスクで集中ケアするよりまずはきちんと基本の保湿ケアをすること。その上で、プラスαのアイテムを使えば、お手入れ効果もグンとアップするはずです。

肌質にあった保湿を極めて、すっぴんOKの素肌に!

ひとくちに保湿といっても、肌質によって押さえるべきポイントはさまざま。お手入れ次第で肌質は変わるものだから、今の肌状態でチェックしてみて。

敏感肌

乾燥が進行して、バリア機能が低下した状態。乾きやすいだけでなく、刺激を受けやすいので、ひどい場合は皮膚科へ。

＼こんな人は要チェック／

花粉症などのアレルギーを持っている

粘膜が弱いと、肌もそれだけ刺激を受けやすい可能性大。また肌をこすったりして傷めていることも。

肌をかいたりするとすぐ赤くなる

刺激を受けると赤くなって戻りにくい…という人は、皮膚が薄い、バリア機能が弱いなど敏感肌の傾向が。

肌荒れやかゆみが起きやすい

肌あれやかゆみが起きるのは、バリア機能の低下で乾燥や刺激を受けやすくなっているのが原因です。

敏感肌さんの3大キーワード そんなあなたには!!

1 化粧水はハンドプレスで

コットンによる摩擦は肌を刺激してしまう可能性があるため、化粧水は手でやさしくなじませて。

2 毎日のスキンケアは低刺激

香料や着色料、アルコールや保存料など肌に刺激を与える可能性がある成分は入っていないものがベター。

3 お手入れはできるだけシンプルに

肌がマイナス状態なときはあれこれ使わず、ベーシックケアで肌状態を整えてあげることを最優先にして。

混合肌

部分的にテカる、カサつくのにベタつくという場合は、乾燥による過剰な皮脂分泌が原因。steady.世代に多い肌質です。

＼こんな人は要チェック／

鼻はテカるが目のまわりなどは乾燥している

部分によって肌質が違うこともあれば、ベタつく部分がカサつくということも。

日によって肌のコンディションが違う

どの肌質でも違うものだけど、それがより現れやすいのが混合肌。寝不足の翌日などは大変なことに。

さっぱりめの化粧品をずっと使っている

例えば10代からずっと同じ化粧品を使っているなど、スキンケアが肌にあっていないと混合肌になることが。

混合肌さんの3大キーワード そんなあなたには!!

1 さっぱりめのスキンケアよりうるおい重視のお手入れを

乾燥もテカリも実は水分不足が原因。これ以上ひどくさせないためにも、一にうるおい、二にうるおい! です。

2 オイリーな部分と乾燥している部分を上手に整えるケアを

ベタつき・カサつきを解消するには、水分と油分のバランスを整えてくれるスキンケアをチョイスして。

3 テカリが気になるTゾーンはメイク前にローションパック

オイリーで困るのはメイクが崩れやすいこと。朝うるおい補給をしておけば、メイクの持ちも断然アップ!

オイリー肌

もともと皮脂の分泌量が多いだけでなく、乾燥やホルモンバランスの乱れから一時的に皮脂が過剰分泌されることも。

＼こんな人は要チェック／

ニキビができやすい

ニキビの主な原因は、余分な皮脂と古い角質による毛穴づまり。皮脂量が多ければ、それだけできやすく。

小鼻まわりの毛穴の開きや黒ずみが気になる

皮脂が汚れと混ざると角栓に、酸化すると黒ずみになるため、オイリーなほど毛穴が目立ちやすく。

家族もオイリー肌が多い

皮脂量の分泌は、体質やホルモンバランスに左右されることも。家族の肌質もチェックしてみて。

オイリー肌さんの3大キーワード そんなあなたには!!

1 普段のスキンケアで水分と油分をコントロール

皮脂量を抑えつつ、しっかり水分補給をするの[illegible]リーケアの基本。化粧水&乳液類の基本は[illegible]

2 不要な皮脂や角質はオフ

過剰な皮脂や古い角質は放っておくとトラブルの元に。週に1、2度の角質ケアでクリアな肌をキープして。

3 仕上げはさっぱりめの乳液やクリームで

オイリー肌でも、うるおいキープのためフタの役割のケアが必要。油分少なめのさっぱり系を選べばOK。

乾燥肌

水分キープ力が低下し、うるおいが逃げやすい状態。皮脂の分泌も少ないので、エイジングサインが出やすい肌質です。

＼こんな人は要チェック／

肌のつっぱり感、シワっぽさが気になる

乾いて弾力がなくなるとつっぱりやシワ感が。放っておくとシワ感が小ジワに進行するので要注意。

唇も乾燥しやすい

乾燥は肌に限りません。皮膚の薄い唇がすぐ乾くという人は、水分キープ力が低下しているかも。

メイクもクレンジングもしっかりする

クレンジングをすればするほど肌の油分も奪われてしまうことが多いため、毎日続けると乾燥の一因に。

乾燥肌さんの3大キーワード そんなあなたには!!

1 ローションパックを習慣に

[illegible]効果的なローションパック[illegible]習慣にして。

2 スキンケアは保湿重視

水分だけでなく油分もしっかり補うことが大切。乳だけではもの足りないときは、クリームをプラス!

3 クレンジングや洗顔はやさしさ重視

メイク汚れをしっかり落とすのはもちろん、できるだ肌にやさしく、油分を奪いすぎないものを選んで。

10pages.com

肌タイプ別 オススメアイテム&テクニック！

近距離にも自信が持てちゃうぷるぷる素肌を手に入れちゃいましょ♪

乾燥肌

カサつく、ゴワつく、つっぱるなどの乾燥悩みは、肌の奥までうるおいを与える&逃がさないケアが必須です！

全体的に乾燥するうえ、目もとや口もとはガサガサになることも！ 保湿してもすぐ乾いちゃう。

野中優子さん（金融関連会社勤務・27歳）

1 ローションパックを習慣に

乾燥肌さんに足りないのはとにかく水分！ 肌表面だけじゃなく、肌の内側まで水分で満たすケアを。

粧水をただつけているだけは、浸透していないことも。ーションパックでうるおいをっかり浸透させましょう。

用意するもの

★化粧水
天然植物成分ハトムギエキス配合で、たっぷり使えるプライスだから、パック用にオススメ！ ナチュリエ ハトムギ化粧水スキンコンディショナー 500㎖ ¥682／イミュ

★コットン
毛羽立ちもなく、コットンパックにぴったりのLサイズコットン。カネボウ おおきめコットン80枚 ¥315／カネボウ化粧品

1 コットンに化粧水を浸す
コットン全体がヒタヒタになるくらい、化粧水をたっぷりオン。ここでケチるのはNG。

2 コットンを薄く2～3枚にさく
1枚を2～3枚に薄くさいたら、目もと、頬、口もとなど乾燥が気になる部分にのせて。

3 顔に貼って5分ほど置く
全体に貼ったら5分放置。長く置きすぎると逆に乾燥してしまうので注意して。

2 スキンケアは保湿重視タイプ

使うスキンケアは、当然のことながら保湿力が高いものを。乳液、もしくはクリームは必須！

特にうるおいが足りないと思ったら、乳液とクリームをW使いして、与えた水分を蒸発させないことが重要です！

のシールドで肌を守る成分バイ・エクトインを配合。くすみやれが気になる肌をケアして、酷な環境に負けないエイジレモテ肌に。イドラ エキリーブローション 200㎖ ¥5,250、イ エキリーブル セラム 30㎖ 850／ともにソニア リキエル

肌のすみずみまでうるおいを届けてしっかりキープ。肌のうるおい密度を高めて、もっちり弾むハリ肌を実現する保湿ケア。アクアレーベル モイスチャーローション 200㎖ ¥1,680、モイスチャーエマルジョン 130㎖ ¥1,890（ともに編集部調べ）／ともに資生堂

肌表面にバリアをつくり、うるおいをがっちりキープ。赤ちゃんみたいなつるすべ肌へと導く高保湿化粧水と高保湿美白美容液。ザタイムリセット アクア［医薬部外品］ 200㎖ ¥4,200、ザタイムリセット エッセンス［医薬部外品］ 30㎖ ¥8,400／ともにイプサ

+α 夜はクリームでしっかりとうるおいを守る

たっぷりの栄養と油分をチャージ。イドラ スパークリング リッチ 50㎖ ¥7,350／パルファム ジバンシィ

角層の最深部にまでうるおいを補給。ソフィーナ ボーテ浸透高保湿クリーム 50g ¥4,935（編集部調べ）／花王

まろやかにとけ込む乳液と、リッチでやわらかな感触のローションで、乾いたゴワつき肌もふっくらしっとり。エクサージュ モイストアクティブ ローションII 200㎖ ¥5,250、エクサージュ モイスチュア ミルクII 200g ¥5,250／ともにアルビオン

3 クレンジングや洗顔はやさしさ重視

肌に負担をかけないアイテムをチョイス。油分を取り過ぎないよう、すすぎもぬるま湯or水にしましょう。

毎日しっかりメイク&しっかりクレンジングだと肌に負担が。ナチュラルメイクで肌を休ませる日をつくりましょう。

クレンジング
←バリア機能をキープしながら、メイクだけをしっかり落とす人気のオイルカットクレンジング。クレンジングリキッド 150㎖ ¥1,407／オルビス

クレンジング
→保湿成分配合で、肌に負担をかけることなくメイクや汚れを浮き上がらせてオフ。マイルド ウォッシュ クレンジング 120㎖ ¥2,940／アクセーヌ

洗顔
もっちりふわふわな泡で出てくる洗顔料。肌をいためることなく、汚れだけを落としてくれます。デリエ クレンジングフォーム 120㎖ ¥1,575／資生堂

洗顔
無添加の濃密な泡が汚れだけをオフ。洗い上がりは吸いつくような密着うるおい肌に。洗顔パウダー しっとり 50g ¥1,260／ファンケル

オイリー肌

テカるのは、乾燥が原因なことも。さっぱり使用感できちんとうるおうものをチョイスして、保湿はしっかりがマスト。

メイクが崩れやすいし、吹き出物ができちゃうことも！ 小鼻まわりの黒ずみも気になります。

宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳）

1 スキンケアは水分と油分をコントロールできるものを

大切なのは油分と水分のバランス。オイリー肌だからといって、化粧水だけで終わらせるのはNG。

steady.世代で本当のオイリー肌さんは少なめ。思春期肌とは違うから、ニキビ用ケアも保湿できるものを。

穴づまりを防ぎつ毛穴引き締め&ハップ！ 毛穴開きやビが気にならないらかな肌に。アクトローションA［医薬外品］ 120㎖ ¥3,1 アクトノブ エッセン［医薬部外品］ 30 3,675／ともに常薬品工業

くりかえすニキビの原因に、トリプル成分がアプローチ。過剰な皮脂分泌を抑え、気になるニキビ跡や凸凹毛穴もなめらかに。薬用アクネレスローション 150㎖ ¥2,940、薬用スーパーアクネレスゲル 60g ¥3,990／ともにドクターシーラボ

過剰な皮脂を吸収する化粧水とさっぱり肌を保つ保湿液。ボーテドコーセー ACコントロール ローション［医薬部外品］ 200㎖ ¥3,360、ボーテド コーセー AC コントロール モイスチュアセラム［医薬部外品］ 30㎖ ¥4,200／ともにボーテド コーセー

古い角質を取り除く薬用角質ケアローションと、テカりを防ぎながら肌にうるおいを与える薬用デイリー乳液。アクネ クラリファイング ローション 200㎖ ¥3,990、アクネ クリアリング モイスチャライザー 50㎖ ¥3,675／ともにクリニーク ラボラトリーズ

2 不要な皮脂や角質はオフ

酸化した皮脂や古い角質は、黒ずみや毛穴開きの原因に。週1～2回のスペシャル洗顔でためない工夫を。

過剰な皮脂が酸化すると黒ずみに。たまると毛穴詰まりを引き起こすので、取り除くケアを取り入れましょう。

1 ピーリング作用のある洗顔料をチョイス
穴汚れや不要な角質を取りピーリング作用のある酵素フルーツ酸入りがオススメ。

2 手のひらいっぱいに泡立てる
ゴシゴシ洗いはどんなときも禁物！ まずは、手のひらいっぱいに泡立てるのが基本。

3 Tゾーンから泡をのせて洗い、そのあと全体へ
必要な油分まで取り過ぎないよう、皮脂が気になるTゾーンから泡をのせるのがコツ。

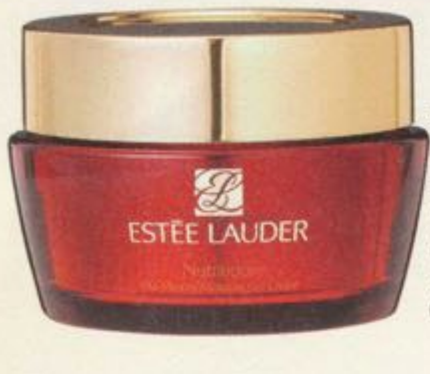
用意するもの

★洗顔料
酵素パウダーでつるつるなめらか肌になれる洗顔料。suisai ビューティクリアパウダーa 0.4g×32個 ¥2,100／カネボウ化粧品

3 仕上げはさっぱりめの使用感の乳液やクリームで

皮脂バランスを整える効果もあるさっぱり系乳液も、最近は種類が豊富。オイリー肌でも乳液は必須です！

テカりがちな部分は、薄めになじませればベタつくこともありません。手のひらで押さえて浸透させることもお忘れなく。



みずみずしい使用感とざくろのパワーでしなやか肌にしてくれます。ニュートリシャス ビターミネラル ジェルクリーム 49g ¥6,300／エスティ ローダー

毛穴をキュッと引き締めて、さらさら肌を長時間キープするオイルフリー乳液。ピュルテ イデアル フリュイド 50㎖ ¥7,350／シャネル

ベタつきなしの美白乳液。カネボウブランシール スペリア ホワイトディープ ミルキィ コンディショナー［医薬部外品］ 130㎖ ¥4,725（編集部調べ）／カネボウ化粧品

さっぱりした使用感でしっかり保湿&テカり予防してくれるジェル状乳液。イリューム クール フォース ジェリー 100㎖ ¥3,990／マックス ファクター

友利先生のお墨つき♥

3大キーワードだけおさえればOK!

自分の肌タイプがわかったら、あとはしっかりお手入れに励むだけ！ 正しい保湿ケアで

敏感肌

敏感肌は水分が逃げやすく、刺激も受けやすい状態。バリア機能を整えて、健康な肌にまで高めるケアが先決です！

ひどいときは皮がむけたり、化粧水がしみることも。メイクもできなくなっちゃうので困ってます。

倉形まなみさん（医療関連勤務・27歳）

1 化粧水はハンドプレスでやさしくおしこむように

パタパタ叩いたり、こすったりと肌に負担がかかる使い方はNG。とにかく"やさしく"ケアすることを心がけて。

肌にできるだけ刺激を与えないお手入れを。本当にひどいときは、皮膚科などを受診することをオススメします。

用意するもの

★化粧水
肌あれを鎮めるハトムギエキスなども配合。エクサージュ 薬用スキンコンディショナーエッセンシャル［医薬部外品］165㎖ ¥5,250／アルビオン

1 摩擦を少なくするために直接手に化粧水をとる

肌状態がデリケートなときはコットンを使わず、手で直接つけた方が摩擦も少なく安心。

2 手のひら全体を使っておしこむようになじませる

パタパタと何度も触らず、1ヶ所1呼吸の気持ちでゆっくりとなじませていくのがコツ。

3 目もとなどの乾燥しがちな部分はさらにやさしく重ねづけ

皮膚がうすく刺激を受けがち部分は、指のはらや手のひら使って丁寧に重ねづけを。

2 毎日のスキンケアは低刺激なものをセレクトして

特に敏感なときは香料や着色料、アルコールや保存料を含まない低刺激処方のアイテムがオススメ。

どんな成分が刺激になるのか肌状態によっても違うので、新しいスキンケアは必ず試してから使った方が安心です。

敏感肌といえばこのシリーズ。9種類のアミノ酸を配合した、無香料・無着色・パラベンフリーの低刺激処方。ミノン® アミノモイスト モイストチャージ ローション 150㎖¥1,995、ミノン® アミノモイスト モイストチャージ ジェル 80㎖ ¥2,100／ともに第一三共ヘルスケア

不足しがちなセラミドを補った、潤浸保湿フェイスケア。無香料・無着色・アルコールフリー・弱酸性の低刺激処方でデリケートな肌も安心。キュレル化粧水［医薬部外品］150㎖ ¥1,890、キュレル乳液［医薬部外品］120㎖ ¥1,890（ともに編集部調べ）／ともに花王

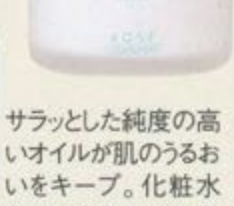
オーガニックハーブエキス配合。ハーブの香りが魅力。ネイチャー アンド コー ピュアホワイト ローション（しっとり）［医薬部外品］180㎖ ¥1,575、ネイチャー アンド コー ピュアエッセンスC 30㎖ ¥2,310（ともに編集部調べ）／ともにコーセーコスメニエンス

カサつきや肌あれが気になる不安定肌のバリア機能を整え、なめらかな肌をキープ。dプログラム モイストケア ローション［医薬部外品］125㎖ ¥3,675、dプログラム モイストケア エマルジョン［医薬部外品］100㎖ ¥3,990／ともに資生堂

3 お手入れはできるだけシンプルに

肌にふれる回数が多いほど刺激も受けやすくなるので、なるべくステップを少なくすることも大切。

肌が弱っているときは、美白などの"攻め"のケアより、肌をいたわる"守り"のケアを大切に！



うるおいをしっかり閉じ込める8フリーの低刺激処方クリーム。モイスチャーマイルドピュア クリーム 50g ¥1,200（編集部調べ）／コーセーコスメポート

サラッとした純度の高いオイルが肌のうるおいをキープ。化粧水とコレだけでスキンケア完了！ 高品位「スクワラン」30㎖ ¥2,625／ハーバー研究所

ジェルが水に変化して、敏感肌に不足しがちなうるおいをたっぷり補給。アクセーヌ モイストバランス 50g ¥5,775／アクセーヌ

刺激から肌を るスキンバリア 分を配合。深 な乾燥敏感肌 うるおして、健 かな肌に。FD クリーム 8g ¥ 365／ファンケ

混合肌

カサつくのにベタつく混合肌は、面倒でも肌状態にあわせた部分別のお手入れを。続けることで、バランスの整った肌をめざして。

目もとはつっぱるのに、鼻やおでこはすぐテカテカに。どうお手入れしていいかわかりません…。

竹田ちなつさん（出版社勤務・26歳）

1 さっぱりめのスキンケアよりうるおい重視のお手入れを

ベタつく部分を気にしてばかりだと乾燥は加速する一方。まずはうるおいを与えて肌質を整えて。

カサつきにもベタつきも水分不足が原因です。まずは肌全体の水分不足を補うケアからはじめましょう。

カサつくのにベタつく肌にうるおいを与えて、さっぱりみずみずしい素肌へと導きます。HADA・KA アクアチャージローション 140㎖ ¥2,625、HADA・KA ディープモイスチュアライザー 100㎖ ¥3,150（ともに編集部調べ）／ともに花王ソフィーナ

ケチらずに使えるプチプライスと極上のうるおい感で人気のシリーズ。しっかり浸透しベタつきもなく、乾燥部分もしっとりうるうるに。ハダラボ 極潤ヒアルロン液 170㎖ ¥1,260、ハダラボ 極潤ヒアルロン乳液 140㎖ ¥1,260／ともにロート製薬

ニキビも乾燥も気になる不安定な肌をみずみずしい状態へと導く化粧水と、うるおいで肌をつつんでゆらぎにくい肌を育む美容液。キオラ バランシングローション［医薬部外品］150㎖ ¥6,090、キオラ ウオーターエッセンス 30g ¥8,400／ともに資生堂

調子が今イチな状態の肌を整えレベルアップして、乾燥もベタつきもないキメ細かなうるおい肌へ導く。フリープラス メンテナンスケアローション 130㎖ ¥3,675、フリープラス メンテナンスケアエマルジョン 130㎖ ¥3,990／ともにカネボウ化粧品

2 オイリーな部分と乾燥している部分を上手に整えるケアを

大切なのはその日の肌状態に合わせたケアをすること。面倒がらず、部分別ケアも怠らないで！

合わないお手入れが混合肌を加速させる原因のひとつ。肌が必要としているケアをしてあげることが大切です。

1 Tゾーンは皮脂をとるケアをしながら、水分補給をしっかり

テカりがちなTゾーンも皮脂を抑えるケアだけでなく、たっぷりうるおいを与えて。

2 目もと、口もとは水分補給＋専用美容液やクリームで保湿

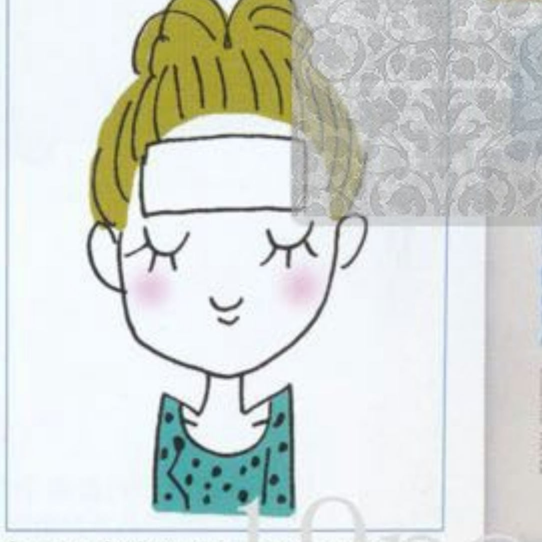
特に乾燥しやすい部分は、ベーシックステップの後に専用アイテムでいたわりケアを。

3 さらにその日の肌状態によってスキンケアを変えるとベター

いつも同じスキンケアじゃなく、肌状態にあわせてスペシャルケアを加えてあげても。

用意するもの

肌状態にあわせて4種類から選べる化粧水&乳液で、ベストな肌に。エスト インナーアクティベート コンディショニングローション 120㎖ ¥5,250、エスト インナーアクティベート ナリッシングエマルジョン 80㎖ ¥6,300／ともに花王



先生のオススメ

ターンオーバーを整えて、うるおいとハリ、透明感のある肌へと導く化粧水&乳液。インナーシグナル リジュブネイトローション［医薬部外品］120㎖ ¥5,250、インナーシグナル リジュブネイトミルクG［医薬部外品］80㎖ ¥5,250／ともに大塚製薬

3 テカリが気になるTゾーンはメイク前にローションパック

皮脂が出るのは水分が足りないから。おでかけ前に水分補給するだけでも、メイク持ちが違います！

気になる部分だけをローションパック。忙しい朝でもコレだけなら簡単にできるし、メイクのりも変わるのでオススメです♪

用意するもの

[illegible] 150㎖ ¥2,625／マックス ファクター

これからの時期はカサつきとベタつきが同時に起こる。うるおい

★コットン
Tゾーンだけなら1枚で OKの大判サイズが便利。カネボウ おおきめコットン 80枚 ¥315／カネボウ化粧品

10page.com

連載 小出恵介×steady.のクロスロード企画

徒然小出

つれつれこいで

秋の野にお出かけしてみれば、そこは一面のススキ野原。
日光に照らされ黄金色に輝くススキに、思わずはしゃぐチーム・小出。
ひとしきり遊んだ後の帰り道は、
ススキの綿毛攻撃にくしゃみが止まらないご一行様でした。

撮影／藤原江理奈　スタイリング／梶 雄太　ヘア&メイク／小澤麻衣（mod's hair）
題字・エッセイ／小出"徒然"恵介

ツ¥25,200／PENDLETON（ジャー
スタンダード渋谷店）パンツ
00／DIET BUTCHER SLIM SKIN
ノム）　他／スタイリスト私物

FILE_
恵介：こいでけいすけ／1984年2
日生まれ。現在、初主演映画『風
く吹いている』が全国松竹系にて
ット公開中。他にも『パレード』
出演映画が続々公開予定。ドラマ
IN』（TBS系）も放送中。写真集
s in India』も要チェック!!

ge. com

19page.com

「無人島カップル」

先日、とある映画館に僕は楽しみにしていた映画を見に行った。正直、人が入ってそうな作品じゃないだろうと思って向かったところ、かなり座席が埋まっていて驚いた。嬉しかった。

僕はわりとすいている後ろ斜めの席に陣取った。予告ギリギリで滑りこんだのだが、予告を見ながらもその後、続々と滑りこみ軍団が流れてくる。それはまあ仕方ないことなのだけど、滑りこみ軍団なのにというか、私たち今滑りこんでいるんですという自覚、誇りがないというか、要はもう完全に暗闇の中でしっぽり映画に酔い痴れようモードに会場はなっているのに、足もとが見えないわ(笑)！と騒ぎだす方や、ようやく席に収まったと思ったら、よもや、まだ誰も客が入っていないかのごとき軽快な様子でお手洗いに行ったりする方がいたりする。会場的には咳払いなどをして空気読めメッセージを送るがなんのその。

中でも、僕の斜め前に滑りこんできたカップルは、ひときわキレがあった。たぶん本人たちはむしろ無人島に来たと思っているのだろう、本編が始まってからも、フライドポテトを買いに行ったり、物語の佳境において携帯電話を開いて求めていないのにあたりを明転してくれたり、さらにフライドポテトであえてビートを刻むかのようにカサカサと袋の音を一定間隔で奏でたりされていた。確かに映画にリズムは必要かもしれないが、それは各々の心の中で行うから、そこまで親切にしてもらわなくてもよいだろう。

結局、上映が終わるまでそのような奇行は続いたのだが(さらにはまた他のカップルがライバル心をもやしたのか、突如彼氏がそれも本編の佳境あたりに、ダッシュでジュースを二つ買いに行く件もあった)、やはり一人ならば仕方ないかもしれないがカップルというのは二つ人間が集まった集団なのだから、どちらかが気付いて、相方を叱咤するくらいの事はしてもいいと思った。だし、もし片方の行動であってもそれは周りからは二人の行動として認識されるので、気をつけた方がいい。無人島にはなるべく行かず、東京で生活するカップルになるんだ！と映画にもばっちり集中しつつ僕はその無人島カップルにエールを送っていた。

小出×OLカルチャークロスレビュー

コレ観て!!
steady. ⇒ 小出『ブラック会社に勤めてるんだが、もう俺は限界かもしれない』

仁義なき社会度
★★★☆☆（3.5）

11/21（土）
全国ロードショー／アスミック・エース
高校中退でニートの主人公が、母の死をきっかけに一大決心。プログラマーの資格を取得して、なんとか小さなIT企業に就職する。しかし、そこは想像を絶する“ブラック会社”だった！ 2ちゃんねるの書き込みから生まれた感動!? の実話。

© 2009 ブラック会社限界対策委員会

「僕なら絶対無理ですねー。即辞めてると思います。理不尽に戦うのは日本人の特有の美徳なのでしょうか。でもやはり応援しますよね。それは彼が正義だからなのでしょうか、んー、わかりません（笑）」

コレ観て!!
小出 ⇒ steady.『ヴィヨンの妻 ～桜桃とタンポポ～』

行ってみたい年代度
★★★★☆

公開中
太宰治の同名の短編小説を中心に、ほかの太宰作品のエキスをつぎ込んだ文芸ドラマ。酒飲みで借金を抱えた、浮気の限りを尽くす小説家・大谷と、献身的にそして明るく支え続けた佐知の夫婦を描いた愛の物語。第33回モントリオール世界映画祭にて、根岸吉太郎監督が最優秀監督賞を受賞した。

© 2009 フジテレビジョン パパドゥ 新潮社 日本映画衛星放送

「いいですねー、単純にあの街並み、あの居酒屋とか行ってみたいと思いました。男女のあり方が今とは大変違うけれどそれもとってもいいことだと思いました。照らしあわせてイマジンするのさ。ともかくマジいい！」

つれづれ写真館

「違くね?」
「仁-JIN-」の合間に、ガッツポーズをキメる雪駄履きの勇姿がまぶしい小出くんですが、乗り物をよく見てみると、どうも違和感が……。

「逆じゃね?」
雑誌の取材中の梅佳代さんとの一コマ。赤い傘、梅佳代さんの方が似合うと思うけど……というショット。映画のワンシーンみたいで素敵です。

タートル¥6,825／レイ ビームス（ビームス ジャパン2F） マフラー¥3,990／コニヨン（ビームス ジャパン2F） デニスカート¥11,550／ニンフブルジン（ビームス ジャパン2F） ネックレス¥12,0／ショウコ ヤマブキ アクセサリー（ビームス ジャパン3F） ブレスレット¥410／ビーピーアール（ビームス ジャパン3F） バッグ¥33,600／ケンケンケ（ビームス ジャパン3F） ブーツ¥2250／マニュ（ジャコモ・リュクス） タツ／私物

Car Channel Vol.09

DJ・ユウのおしゃれなカーチャンネル

こんにちは、藤井悠です♪ ドライブ大好きの私が、
今月もお気に入りのクルマをレポートしちゃいます♪ しっかりチェックしてね。

撮影／芹澤裕介　スタイリング／柴山之和美　ヘア&メイク／松永奈巳（es）
モデル／藤井 悠　取材・文／まるも亜希子

19page.com

友達のおうちでホームパーティ♥
自慢のムーヴに差し入れ積んで来たよ

DJ・ユウのRecommend!

ホームパーティでかけたい曲♥

そろそろ鍋の季節♪ 友達の家に集まって鍋を囲む機会も多くなってくるよね。そんな場にぴったりのCDをセレクト!

Disc 1

話題の最新ヒットのハウスミュージックが収録された、まさにハウスの決定盤! 友達のおうちがダンスフロアになっちゃうかも（笑）!

『HOUSE NATION - Aquamarine』
¥2,548
発売中

Disc 2

パリス・ヒルトンや世界のセレブのパーティでプレイする彼女のCDをかければ、友達とのおうちパーティもセレブパーティに変身♪

『J-Girls' Celebrity Mix』
DJ CAROLINE D'AMORE
¥2,800
ソニーミュージック

今月、お届けするのは

ダイハツ・ムーヴ

軽自動車を代表する売れっ子モデルが、ムーヴです。人気のヒミツは、トレンドをおさえたデザインの中に、高級セダンより広～い室内があって、ビックリするほどゆったり過ごせること。それに、パワフルな走りとしっかりした安全性があることだよ♪

Profile

本誌ほかTVやラジオなど多方面でモデル、タレントとして活躍中。JFN『FRIDAY GOES ON』（毎週金曜13:00～15:55）も好評放送中! ブログ（http://blog.jp/103fujii/）もチェックしてね。

軽自動車と思えない広～い室内空間でゆったり♪

フルラゲージならもっともっと荷物が乗っちゃう

リアシートを両方倒すと、こんな感じ。フロアが低いし、奥行きもたっぷりあるから、背の高い荷物も積めちゃうよ。っていうか、引っ越しもOKかも!?

ハーフラゲージで必要に応じて荷物を積めるよ

リアシートは25.5cmも前後にスライドして動かせるし、左右のシートバックを別々に倒して収納できるの。だから、荷物がいっぱいある日も、ちょっとの日も、必要に応じて簡単にラゲッジを広げられるのが便利だよね。

横開きのバックドアで荷物の出し入れラクラク

ムーヴはデビューしたときから、横に開くバックドアがお約束。その理由は、狭い場所でも少しだけ開けて出し入れができるし、広い場所ならガバッと大きく開けたりと、調節できるからなんだって。ほんと、ラクラク～♪

注目! 外観もインパネもスッキリとスマートなデザイン♥

まるで一筆でス
ッと描いたみたい
な、ワンモーション
フォルムは軽自動
車のトレンド。細く
てタテ長のテール
ランプも、ムーヴの
伝統デザインなん
です。

メーターが中央に置かれていて、アーチがかかったようなデザインがおしゃれ。さしこむ光でいろんな表情が楽しめるの。レバーやスイッチも使いやすいよ。

運転席＆助手席もベンチシートでリラックス♥

ふっくらした生地が心地いいフロントシートは、左右がつながったベンチタイプ（Lグレードは除く）。真ん中にバッグが置けたり、反対側のドアから乗り降りもできちゃいます。

セダンもびっくり!? 驚きのリアシート、広々空間!!

見てみて、この広さ! 足をのばしても、まだこの余裕! これなら走りながらでもパーティーできそう♪リアシートはリクライニングもできるし、足もとがフラットな床なので、ロングドライブでもくつろいで乗れるね。

DAIHATSU MOVE

●サイズ：全長3395㎜×全幅1475㎜×全高1630㎜●排気量&ミッション：0.6L／CVT、4AT、5MT●燃費：～23.5km/L（一部エコカー減税対象）●カラー：全9色●価格：¥1,050,000～●問：ダイハツ ☎0800-500-0182

150cm台のコ限定!

Sサイズだからこそスタイルアップは譲れない!

ミニーちゃんのための スタイルUP術

身長150cm台のSサイズ読者のコンプレックスを、おしゃれにカバーしてくれるスタイルUP術を提案。今回は難易度の高いぺたんこ靴をおしゃれにクリア!

撮影／片岡 祥(PPI)　スタイリング／谷内 瞳　文／藤田麻子 ●掲載商品のお問い合わせ先リストは、P.158にあります。

先月号のミニーちゃん企画撮影でのこと

「ミニーちゃんにも似合うぺたんこ靴コーデ」を提案したところ……

読者モデルたちから

メーカー勤務・28歳 池田 舞さん

医療関連勤務・27歳 倉形まなみさん

とのリアルなお悩みが続々!

それを聞いてスタイリストひとみんもビックリ!

着こなしのコツをつかめば、ヒールのないぺたんこ靴だって、バランスよくはけるんです!

そこで

ミニーちゃんも納得してはけるコーデを提案すべく、スタイリストひとみん大奔走!

ブランドのプレスさんからもアドバイスをもらい、ミニーちゃん向きぺたんこ靴を大調査!

…月号は ということで「ミニーちゃんのための ぺたんこ靴攻略大特集」です!

ミニーちゃんだって自信を持ってはけるぺたんこ靴の攻略法をひとみんが教えます! 冬にはきたいバレエシューズ&ぺたんこブーツもこれなら完璧!

教えてくれるのはスタイリストひとみんこと

スタイリスト谷内 瞳さん

おしゃれで賢いコーディネイト術が大好評の人気スタイリスト・ひとみんこと谷内さん。

まずはぺたんこ靴の定番「バレエシューズ」を攻略しよう!

Ballet Shoes

楽チン&女のコらしくて可愛い、と大人気のバレエシューズはミニーちゃんにとっては意外と天敵。その攻略法は着こなしにあり★

before

Aラインワンピにあわせると寸胴に

攻略法

細身ジャケット×スキニーデニムで作るIーライン効果で、スラリと縦長に!

メーカー勤務・21歳 安岡あゆみさん

スタイリストひとみん's アドバイス

のっぺり見えがちなマキシワンピより、デニム×ジャケットなど、Iラインを強調した着こなしのほうがバレエシューズがうまくなじみます。

ベロアフラットシューズ¥10,290／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) ツイードジャケット¥30,450／エフデ(フランドル) インディゴデニムパンツ¥10,500／ペイトンプレイス(ファイブフォックス)

before

ローウエストだと脚が短く見えて……

攻略法

ハイウエストの切り替えワンピをあわせて脚長効果を狙うべし!

スタイリストひとみん's アドバイス

高い位置で切り替えがあるハイウエストワンピなら、同じワンピでも気になる脚が長く見えて、ぺたんこ靴もバランスよくはけます。

エナメルフラットシューズ¥21,840／アニエル・スポーツ(アルアバイル) 切り替えワンピース¥9,975／emit of energy(ビームス銀座) ゴールドチェーンネックレス¥6,900／ボナジョルナータ(ファイブフォックス) 黒タイツ¥1,050／ブロンドール(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

before

脚が強調されてスタイルが悪く見える

攻略法

マフラーなどの小物で重心を上にあげることでスタイルアップ!

スタイリストひとみん's アドバイス

ボリュームのあるマフラーやスパンコール付きのシュシュなど、冬ならではのキャッチーな小物で目線を上に集中させて!

黒エナメルフラットシューズ¥7,350、千鳥柄ストール¥2,940、シュシュ¥1,050／すべてロペピクニックパサージュ ベージュカーディガン¥5,145／ローリーズファーム(ポイント) 黒ショートパンツ¥6,900／ボナジョルナータ(ファイブフォックス) 黒タイツ¥1,050／ブロンドール(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

Petanko Boots

お次は「3大ぺたんこブーツ」を攻略です！

冬になると絶対はきたくなるぺたんこブーツを可愛く取り入れるのは、ミニーちゃんにとって至難のワザ。ポイントを押さえればスタイルアップ！

before

ひざ下が短く見えるのが気になる

ひざ下40.5cm

攻略法

シークレットなインソールを仕込めばぐっと脚長に！

ブーツの中には隠しインソール

ひざ下43cm

インソール¥1,050／コロンブス(Shoe BAR渋谷店)ベージュムートンブーツ¥15,540／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) ひょう柄カーディガン¥42,000、インディゴデニムスカート¥13,650／ともにレベッカ テイラー(レナウン) インディゴリボンデニムバッグ¥19,950／anyone(ビームス銀座)タイツ¥1,050／17℃(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)シュシュ／本人私物

before

カラータイツだと脚ばかり強調されちゃう

攻略法

ブーツと同系色のタイツを合わせれば足もとすっきり

ブラウンタイツ

ブラウンブーツ

フリンジブーツ¥48,300／ロートレ ショーズ(ビームス銀座) ピンクニットワンピース¥12,600／ペイトンプレイス(ファイブフォックス) ファーティペット¥14,994／スウィーナ by アースミュージック(アースミュージック&エコロジー スーパー プレミアムストア六本木ヒルズ店) ブラウンタイツ¥1,050／17℃(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

before

足首が太いデザインだと、重たい感じに

攻略法

細身シルエットの乗馬ブーツなら足もとも引き締まる！

ダークブラウン乗馬ブーツ¥20,790／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店) 黒リブタートルネックニット¥2,940／ロペピクニック ファーベスト¥12,600／VIS 花柄シフォンスカート¥13,650／ペイトン(ファイブフォックス)

MAX ← ミニー的難易度 → MIN

ムートンブーツ

今年もはきたいボリュームのあるムートンブーツは、内側にインソールをプラスしてひざ下を長く見せて！

インソールはココで買えるよ♡

スタイリスト ひとみん'sアドバイス

脚が短く見えてしまいそうなムートンブーツは、思いきって隠れインソールを。これならミニスカート×ムートンコーデにも自信が。

↓今回紹介したインソールは、こちらのショップで購入可能！ ほかにも世界中から厳選したシューズやスニーカーがそろう、靴のセレクトショップです。

Shoe BAR 渋谷店

㊟東京都渋谷区神南 1-10-6
☎ 03-3462-4117
OPEN 11:00 ～ 21:00

フリンジブーツ

カジュアルなコ必至のフリンジブーツは、ブーツだけが浮かないようなタイツのあわせ技が着こなしの鍵。

この組み合わせもOK!

スタイリスト ひとみん'sアドバイス

カラータイツは、ブーツと同系色のものを用意しておくのが脚長に見える近道。透けない濃いめのデニールを選ぶのもおすすめです。

ブラック系

→ブーツ¥27,300／ファビオルスコーニ(ワシントン ルミネエスト新宿店) 黒タイツ¥1,050／17℃(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

←フリンジブーツ¥9,450／ミネトンカ(ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店) ブラウンタイツ¥1,050／17℃(17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店)

ブラウン系

乗馬ブーツ

あまりゴツすぎない細身シルエットの乗馬ブーツを選べば、ぺたんこでも脚がきれいに見えます。

ほかにもある! 細シルエットブーツ

スタイリスト ひとみん'sアドバイス

ぺたんこブーツを選ぶなら、脚がきれいに見える乗馬ブーツが断然おすすめ。大人っぽくも見えるので背の低さもカバーできます。

ブラック×グレー切り替えロングブーツ¥28,140／ダイアナ(ダイアナ 銀座本店)

ブラウン×キャメル切り替えロングブーツ¥19,875／Palanco(ビームス銀座)

steady. Culture File.1 ドラマ

DRAMA

Monthly pick up actor

ソ・ジソブ

撮影／堤 博之　取材・文／杉嶋未来

"心に傷を負った男女が出会い、癒しあうストーリーに惹かれました"

モバイルドラマへの出演は、大きな挑戦でした

――携帯電話放送局BeeTV「I am GHOST」に出演を決めたのはなぜですか？

「まず最初に、シナリオを読んでとても気に入ったんです。以前から殺し屋の役をやってみたいと思っていましたし、モバイルのドラマは新しいジャンルなので挑戦してみたいと思いました。また、心に傷を負ってしまったゴーストと日本人の女子高生・愛が出会って、お互いに傷を癒しあっていくというストーリーにも惹かれました」

――ゴーストという役にどんな印象を持ちましたか？

「彼は殺したくて殺しているわけではないんですね。そういう仕事をせざるを得ない状況の中にいて、家族を助けて生きている。人を殺すことに苦しんでいて、もう辞めたいって思っています。暗闇の中にいて、悲しい男だと思いました」

――今回ゴーストに台詞はありません。演じる上で苦労されたことは？

「今回、台詞以外の部分で心情を語らないといけませんでした。どう見せたらいいのか、楽しめる部分もあったんですけど、苦しみもありました。ゴーストの悲しみがきちんと表現できていて、みなさんに伝わると嬉しいです」

――谷村美月さんと共演した感想を教えてください。

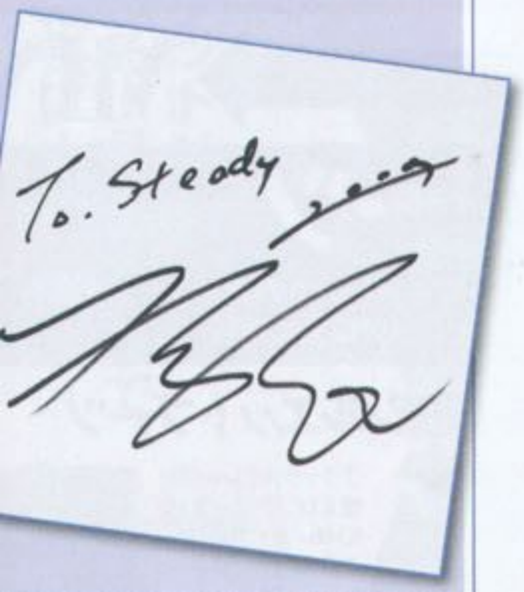
「谷村さんは、会う前と会ったあと、演技をしているときの印象全部が違っていて、演技派だと言われる理由がわかりました。ゴーストは台詞がない役で僕も大変だったんですけど、台詞がない相手に対応する谷村さんの方がもっと大変だったと思います（笑）」

――オフの日は何をされたんですか？

「実は……ホテルの目の前が遊園地だったので、少し乗り物に乗りました」

Present

ソ・ジソブさんのサインをプレゼント！



＊応募の決まり

ソ・ジソブさんのサインを2名様にプレゼント。ハガキか封書に住所、氏名、年齢、電話番号、職業を記入し、右下の応募券を貼って下記までお送りください。

〒102-8388
東京都千代田区一番町25番地
㈱宝島社「steady.ソ・ジソブ」係

＊お送りいただいた個人情報はこちらのプレゼントのために使用し、第三者に流出することはありません。
＊締め切りは12月6日当日消印有効

New Drama

BeeTVにて配信中。アクセス方法は、iチャネル➡BeeTVまたはimenu➡動画➡BeeT　©BeeTV

『I am GHOST』

外国から来た謎めいた暗殺者ゴーストと、心に傷を負った女子高生・愛との純粋な愛とスリリングな追跡劇を描くアクションドラマ。台詞がないゴースト役を、表情と動作だけで演じるソ・ジソブの熱演は必見！

Profile

ソ・ジソブ
1977年11月4日生まれ、韓国出身。TVドラマ『バリでの出来事』『ごめん、愛している』などドラマに出演し、アジアのトップスターに。ほか出演作に、『ゲゲゲの鬼太郎／千年呪い歌』、『映画は映画である』がある。'10年1月9日『ソフィーの復讐』の公開が控える。

ソ・ジソブさん Q&A

Q. マイブームを教えてください。

A. 今ハマっていることは、シナリオを読むことです。次の作品を決めるためにいただいたシナリオがたくさんありすぎて、読むことに熱中しています。

Q. 日本で好きなスポットは？

A. 横浜が記憶に残っていますね。今回のドラマの撮影や写真集の撮影、そして大きなイベントも横浜だったので、思い出がたくさんあります。

応募券 steady. 1月号

19page. com

[illegible]¥9,240／[illegible]（[illegible]渋谷パルコ）スカート¥16,800／REGALEALI（アゴストショップ ラフォーレ原宿店）バングル¥8,400／smoooch（ザナドゥ）

19page.com

steady. Culture File.2 ◎ 音楽

MUSIC

Monthly pick up artist

大塚 愛

撮影／堤 博之　スタイリング／西脇智代
ヘア＆メイク／中川久美　取材・文／佐藤玲美

キレイな部分だけではないリアルな恋愛模様を描いてます

――現在進行形のラブソングを厳選したベストアルバムということですが、このコンセプトが生まれたいきさつは？

「11月から始まるコンサートツアー『大塚 愛 LOVE is BEST Tour 2009』のアイディアが先にあったんです。カップルのためにコンサートをしたいなという思いがあって、それにあわせて今回のベストアルバムを創りました。」

――DVDのPV撮影は、どんなコンセプトで進められたのですか？

「新曲の『I s（アイズ）』は、日々、人の中に隠れている気持ちをハートで表現したんです。捨てられていくハートだったり、新しく生まれるハートだったり現実では見えないハートの存在にフォー

――『aisu×time』はRIP SLYMEのSUさんが参加されています。

「もともとあった『One×Time』の世界観にSUさんに参加してもらうことで、『One×Time』のディープな部分を表現できたらいいなと思いながら創りました。女性から見た男性を描いた楽曲なので、男性目線が入ることでよりリアルな恋愛模様が描けたかなと思います。それがリアルだからこそエロティックな部分があらわになったと思います」

――全体のアートディレクションには森本千絵さんが参加されているそうですね。

「はい。お互いに意見交換をしながら創りました。ジャケットは〝ゴミ山〟の絵なんですが、いろんな人の捨てられた愛情の集まりであり、大切な思い出の集合体でもある、常に愛が循環している様子

日古い想いが捨てられて、新しい愛が生まれていく、そんなイメージです。きっと自分から捨てた愛もあるけど、それが新しい愛を受け入れるためのスペースにもなっているかもしれない。恋愛をキレイに捉えるというよりも実際のものをそのまま受けとめたいという思いを表現してます。日々持っている恋愛の気持ちをこのアルバムによって高めたり実らせるための原動力になったら嬉しいですね」

――11月から始まるライブは〝ペアチケット〟のみの発売ということですが、どんな風に楽しんで欲しいですか？

「会場に愛し合っている二人が集まって、ラブソングばかりの選曲なのでいつものライブでは表現できない雰囲気を楽しんでいただきたいですね。初の試みなので、私自身まだ予想がついていないんですが、違いないと思います」

――愛さんにとっての〝LOVE〟とは？

「研究中です(笑)。きっと、死ぬまで答えは出ないかもしれない。でも、擦り減っていく恋ではなく、自分がイキイキと輝ける恋をしていけたらいいなと思います」

Information

『LOVE is BEST』
¥3,800（CD+DVD）
¥3,059（CD）
11/11発売
エイベックス・エンタテインメント

大塚さんの数ある名曲の中から"恋する二人"を描いた現在進行形のラブソングを厳選したラブソング・ベストアルバム。

Profile

おおつかあい／1982年9月9日生まれ。大阪府出身。送ったデモテープがきっかけで、2003年『桃ノ花ビラ』でデビュー。11月14日からはアルバムとリンクしたコンサートツアー『大塚 愛LOVE is BEST Tour 2009』がスタート。ペアチケット（2名で1枚のチケット／プレゼント付き）のみ発売という新たな試みで注目を集める。

New Disk

『Disco Volante』
LISA

ラグジュアリー・ディスコシリーズ完結作の名に恥じない今作は、ハウス、エレクトロ、美メロダンスミュージックにバラードがギッシリつまった名盤。VERVAL参加曲も!

¥2,800　11/11発売
リズムゾーン

『ナユタとフカシギ』
スキマスイッチ

待ちに待った約3年ぶりになるスキマのニューアルバム! ヒット曲「虹のレシピ」をはじめ、お互いのソロ活動を経て作られた楽曲は、幅広い世代に愛されること間違いなし。

¥3,675（限定盤）、¥3,059（通常盤）
11/4発売　アリオラジャパン

「もっと…」
西野カナ

1stアルバムが大ヒットした、ケータイ世代のカリスマガール・西野カナのニューシングル。今回もセツナイ歌詞にR&B調のトラックがキュンとくる、ドンピシャなサビメロです!

¥1,223　10/21発売
ソニーミュージック

『I Got Rhythm?』
大橋トリオ

『余命1ヶ月の花嫁』などの映画音楽も手がけた実力派アーティストの1stアルバム。ジャズやフォーク、ポップス、クラシックを自由に行き来する独特の音楽センスには脱帽！

¥2,940　11/11発売
リズムゾーン

「おやすみのキスを~Good Night My Love~」
DOUBLE&清水翔太

若き天才清水翔太と、R&B女王のDOUBLEがなんとデュエットソングをリリース。切なく壮大なR&B調バラードに溶け合うふたりのハーモニーはさすがの一言です!

¥500（期間限定プライス）、¥1,050（通常盤）
11/11発売　フォーライフミュージック

「WHY」
加藤ミリヤ

タイトル曲ではロック調の曲に激しい歌詞をのせ新境地を開拓! プラス映画のタイアップ曲、初の全編ラップ曲という大充実の3曲を収録。進化し続ける彼女から目が離せない!

¥1,575（初回盤）、¥1,223（通常盤）
11/18発売　ソニーミュージック

19page.com

一青 窈

撮影／笹原 清明
取材・文／小田島 久恵
ヘア&メイク／池田 慎二（mod's hair）
スタイリング／森島 あさみ

ター ¥74,550(DRESSEDUNDRESSED／XANADU)　首から
た金のネックレス ¥2,940(XANADU)　スカート ¥29,400(ALICE
CALL／dual表参道店)　ピアス ¥2,100(Another Edition／
ther Edition原宿本店)　リング ¥18,900(e.m.×BEAMS／
MS STREET)　ネックレス ¥4,935(bpr／BEAMS STREET)

前向きに進むことによって幸せの種を撒いていこう・・・と働きかけた曲です

三部作シングルの第二弾「うんと幸せ」は、進化し続ける一青窈のしなやかな底力を感じさせるミディアム・バラードだ。「生と死」にまつわる万感の想いを歌いながらも、ボレロのリズムで前へ前へと歩を進めていく旋律は、あくまでも荘厳で華やか。時代の闇の濃さに負けないポジティヴなオーラをまとった「新しい一青窈世界」が凝縮されている。

「だいたい曲を書くときは凹んでいるときが多いんですが（笑）、この曲を書いたときも、プチ鬱のような状態だったんです。なんとか前向きに進んでいくために、幸せの種をまこう・・・と、意識的にものすごく働きかけて作った曲ですね」

彼女自身による曲の解説には「私から両親への最後の手紙」とある。そしてまた、若くして自ら命を絶った彼女の知人への惜別の思いも、ここには込められているのだ。

「この詞を書いている時に色々と悩みながらふと気付いたことがあって。それは人は幸せになるために生きるんじゃなくて、身近にある小さな幸せを見つけていく事が生きていくって事なんじゃないかと。この曲を聴いて下さった方が、そんな思いに共感して下さったら嬉しいです。」

「うんと幸せ」というタイトルからは、子供のように純粋で濁りのない光を感じる。それは大人になると自然と失われてしまう、貴重な輝きのような生命力なのだが・・・。

「本当、子供の頃はファンタジーの世界でもどこでも飛んでいけるけど、大人になると、いろいろな足枷がついて飛べなくなること？　ふだんからなるべく言葉を素直に伝える人と接触していますね。ゲイの方とか、嘘がなくて正しいですよ。「あんた、そんな眉毛してどうしたの？」なんて言われて、落ち込むこともありますけど・・・（笑）」

対してカップリングの「ウラ・ハラ」は、女性の二面性を歌い妖しさをまとったアップテンポ・チューン。この「聖と俗」がさらりと隣り合うさまにも、彼女らしい企みを感じる。

「歌謡曲というジャンルへの敬意を込めて歌った曲です。かつての歌謡曲は綺麗ごとだけじゃなく、前向きなことばかりでもなく、清濁の「濁」の部分も表現したいんです。「ハナミズキ」の一青だけが一青ではなく・・・歌謡曲は人間のもつあらゆる感情を認めてくれていた気がするんです。私もこれからはもっともっと人間の色々な感情に触れてゆきたい、そういう想いで書きあげた作品です。」

「うんと幸せ」
フォーライフ ミュージックエンタテイメント
発売中

profile
トトヨウ／76年生。02年10月「もらい泣き」でデビュー。03年、1stAL「月心」で大ブレイクし、翌年「ハナミズキ」で数々の賞を獲得。08年は岩松了演出の音楽劇「箱の中の女」の主演を務め、新境地を開拓。12月16日には、東京オペラシティにて東京フィルとのシンフォニック公演が決定！
詳細は、http://www.hitotoyo.ne.jp/

壊れるほど、「好きだ。」

「33分探偵」の監督が仕掛ける、暴走LOVE★エンターテイメント!!

マドンナ役は 戸田恵梨香さん

大洗にも星はふるなり

11月7日公開!!

steady.限定 特別企画!

今、話題のイケメン俳優

山本裕典さんに突撃インタビュー!!

撮影／[山本さんポートレイト] 堤 博之　取材・文／杉嶋

あるし、共感しました!

——今回演じたサメオタクの大学生、松山は、恋に奥手だけど、実は策士でした。共感するところはありました?

「松山のそういう部分は、きっと誰もが持っていると思います。たとえば、合コンで本気で狙っているコがいるとき、いかに自分のポイントをあげるか。松山は程度がいきすぎた版なんです。彼の行動は、僕も男としてわかります」

——戸田恵梨香さん演じるマドンナ、江里子が、男たちの妄想の中で違うタイプの女性として登場しますが、山本さんはどの江里子が好き?

「僕は、(小柳友さん演じる)仁科の妄想に出てくる江里子が可愛いなって思います。うさぎの耳をつけていて、最高です(笑)!」

——松山はサメオタクということで、マニアックなサメに関する長台詞がありましたね。

だけでも大変でした(笑)。一度ハマってしまって、NGが続いて焦りました。結局、ほかの調整もあって、次の日の朝に撮影しましょうってなって、内心ホッとしました(笑)。家で必死に覚えて、翌日は一発OK出しました」

——男性ばかりの現場でしたが、雰囲気はいかがでしたか?

「撮影してないときも楽しかったんですけど、撮影中、監督のすごい笑ってる声が聞こえてきて、それも面白かったです。音拾ってるのに、馬鹿笑いしてるんですよ。それくらい面白い作品なんだなというのを感じました」

——steady.読者にメッセージをお願いします!

「クリスマス・イブが舞台なので、真冬にぴったりの(笑)、爽やかで、、すごく笑える面白い作品になりました。ぜひ映画館で観てください!」

19page.com

サメオタクの役なんです!

出会い 出会いは、夏バイトの海の家。彼女はマドンナ的存在だった。

デートの誘い クリスマス・イブ。彼女から手紙をもらい、再び海の家へ。

妄想 江里子との水族館デートを語るが、松山視点の妄想が炸裂!

崩壊 敏腕弁護士、関口に妄想を論破され、松山、大ショック!

海の家に集まった、妄想中毒の男7人の大暴走ムービー

クリスマス・イブ、海の家のバイト仲間たちが、再び集結。
「江里子が好きなのは俺!」と本人不在のまま、勝手なアピール合戦がスタート!

©2009「大洗にも星はふるなり」製作委員会

監督・脚本:福田雄一／出演:山田孝之、山本裕典、ムロツヨシ、小柳 友、白石隼也、安田 顕、佐藤二朗、戸田恵梨香　配給・宣伝:日活

シネセゾン渋谷
シネ・リーブル池袋
テアトル新宿 他

11月7日(土)公開!

男たちのおバカっぷりに嘲笑、爆笑の嵐!

茨城県、大洗町のクリスマス・イブ。冷たい風が吹き荒れる真冬の海の家を舞台に、たった一人の、マドンナ、江里子を巡って、おバカな7人の男たちの「性」と「妄想」が炸裂! 本人の意思を確認することなく、いかに自分が江里子から愛されているかを、都合のいい妄想をかき立てて力説する男たち。果たして江里子の本命は誰なのか!?

監督は、ドラマ「33分探偵」やDVD「THE3名様」の脚本・演出で、独特な"ゆる〜い笑い"を日本中に振りまいた人気放送作家、福田雄一。本作では、ラストまで途切れないゆる〜くもハイテンションな笑いに目がクギづけ。また、強烈なキャラの登場人物を演じる個性派&実力派キャストたちが繰り広げる爆笑必至の怪演も必見!

目があったり、ちょっと話しただけで自分のことを好きだと思い込む……カンチガイだらけでおバカな男たちの姿が微笑ましく、思わず母性本能をくすぐられるはず!

女子力が上がる下着がいっぱい!

大人可愛い♥ランジェリー

るだけで可愛く変身できちゃうランジェリーを楽しむのって女の
の特権♥ スウィート、リラックス、ピュアなどデザイン性から、
のラインをサポートしてくれる機能的なインナーまでをラインナ
プ! その日の気分や予定でランジェリーを選んで、女子力をア
プしちゃいましょう♪

/[人物]菊地 史、[静物]横田裕美子(スタジオバンバン) スタイリング/谷内 瞳
&メイク/間 隆行(roraima) モデル/矢野未希子
載商品のお問い合わせ先リストはP.158にあります。

"可愛いランジェリーを身に着けて
いつもより女子力をアップ♥♥"

ライプ地に黒のリボンがキュ
なポイントになっている、女
アップランジェリー。白地ス
イプ&花柄コットンブラジャ
,825、ショーツ¥3,675/
にジル バイ ジルスチュアー
ンジェリー(ジル バイ ジル
ュアート) 黒一粒ネックレ
8,350/アナイ ジュエルズ
イ) 黒のヘッドアクセ¥12,
/コレットマルーフ (ギャッ
ンターナショナル) 白もこも
織り¥3,990/ピーチ・ジョ
ルーボンボン付きもこもこ
クス¥1,680、ピンクうさぎ
ぐるみ¥2,100/ともにアフ
ーンティー・リビング

女のコ心をくすぐる
ベビーピンク♥

ペイズリー柄もピンク×フリルでスウィートに変身♥ ブラジャー¥5,250、ショーツ¥2,625／ともにジル バイ ジルスチュアート ランジェリー（ジル バイ ジルスチュアート）

スウィートに黒を着けるなら
こんなデザイン

黒のレース×ストライプのデザインがキュートで、甘すぎが苦手な人にもおすすめ! レースのリボンもポイントです。ブラジャー（ショーツとセットで）¥5,565／ヴィヴィカ（ヴィヴィカ スタイル）

ピンクのチュールで
女のコ度アップ♪

ショーツの後ろは全面レースで、後ろ姿にもドキッ♥ 淡いピンクのレースがキュート。ブラジャー¥4,935、ショーツ¥2,310／ともにヴィヴィカ（ヴィヴィカ スタイル）

Sweet（スウィート）ランジェリー

リボンやレースがいっぱいの可愛いスウィートタイプは、女のコ度ナンバー1のランジェリー。いつもより ガーリーな気分に浸っちゃいましょう。

勝負の日には
こんな本命
ランジェリーを♥

赤いフリル×バラ×リボンで、女のコ度は急上昇! ブラジャー¥6,825、ショーツ¥3,675／ともにジル バイ ジルスチュアート ランジェリー（ジル バイ ジルスチュアート）

ピンク×白ドットは、
女のコらしさ満点

どっぷりとスウィートな気分にたいときは、女のコカラーのラ エリーを♥ ブラジャー（ショー セットで）¥6,090／ヴィヴィカ（ヴィヴィカ スタイル）

パープルの刺しゅうが
ロマンティック気分に

内側のワイヤー部分は、柔らかなフェルト地で快適な着け心地。胸もとのゴールドのチャームも♥ ブラジャー¥5,040、ショーツ¥2,625／ともにウン ナナ クール（ワコール）

甘～い気分に浸れる
ラベンダー×
アイボリー♪

ベロアのリボンが♥ 太めのストラップで優しい着け心地。ブラジャー¥6,300、ショーツ¥3,150／ともにジル バイ ジルスチュアート ランジェリー（ジル バイ ジルスチュアート）

ピンクのリボンで
気分を盛り上げる!

ピンクの太ストラップは見た目も着け心地も◎。ブラジャー（ショーツとセットで）¥5,775／ジル バイ ジルスチュアート ランジェリー（ジル バイ ジルスチュアート）

細部までおしゃれな
デザインにうっとり♥

小花柄に黒のパイピングで、デザイン るランジェリー☆ ブラジャー¥6,300、ーツ¥3,150／ともにジル バイ ジルス アート ランジェリー（ジル バイ ジルス アート）

Relax（リラックス）ランジェリー

ノンワイヤーで締めつけ感が全くないリラックスタイプのランジェリー。開放感のある可愛いデザインで、優しい気分になれちゃいます。

肌触りの良い
サテン地に夢心地♥

ゴムのストラップで快適な着け心地♪ 爽やかなサテンのブルーがキュート! ブラジャー¥9,135、ショーツ¥6,510／ともにヴェルディッシマ（オペーク ギンザ）※オペーク限定

優しい雰囲気の小花柄が
ノスタルジック♥

服を着るのがもったいないくらいのキュートさです♪ ショーツのフリルから覗くのはTバック♥ ブラジャー（ショーツとセットで）¥2,900／ピーチ・ジョン

爽やかなレモンイエロー
が好印象!

メッシュ×刺しゅうドットで、後ろ姿もバッチリ♪ リラックスモード全開の2色の淡色が◎。ドットチュール×ピンクブラジャー¥7,140、ショーツ¥3,990／ともにコスメティック（トリンプ）

とことんキュートな
ティアードフリルにノックアウト

ショーツのバックもブラとおそろいのティアードフリル。自然と女のコ気分が上がるガーリーデザイン! ブラジャー（ショーツとセットで）¥2,900／ピーチ・ジョン

キュートなプリント柄に
釘付け!

ランジェリーも個性派でいきたいなら、 なプリント柄が○。下着にするのがもっ ない♥ ブラジャー¥4,830、ショーツ¥3 ／ともにツモリ チサト ビット（ワコール）

ちょっと大人な気分を
味わいたいなら♥

[illegible]

見せたくなるほど可愛い
ラブリードット♪

太めのベルトで着け心地抜群。2連のストラップがおしゃれで、ビキニ感覚でチラ見せしたい! ブラジャー¥3,150、ショーツ¥1,260／ともにウン ナナ クール（ワコール）

眠るときにも
キュートな♥アイケア

（上）淡いピンクのストライプが可愛いストライプアイピロー¥1,500／ピーチ・ジョン（下）ぬいぐるみのような形が特徴的。ベッドの上に置いても可愛いデザインです。うさぎアイピロー各¥1,260／アフタヌーンティー・リビング

ふりふりチュールで
女のコスウィッチオン♪

ブラのホックを取り除き、とことんリラックスを追求。まったりおウチで過ごす日に♥ ブラジャー（ショーツとセットで）¥5,565／ヴィヴィカ（ヴィヴィカ スタイル）

シンプルな中にキラリ
と光るレースライン☆

優しい肌触りのグレーコットン♪ レース使いがさりげなく女のコを演出♥ 甘すぎが苦手な人にもおすすめです。ブラジャー¥1,995、ショーツ¥840／ともにアモスタイル（トリンプ）

19page.com

Pure ランジェリー

ピュア

純粋な白や淡いカラーにレースを使ったランジェリーをランナップ。デイリーに着用する人が多数のタイプです。男のコにも大人気!

…に白レースの
…ゅうが上品に映える!

…な水色に、高級感のある刺し…◎。王道のピュアカラーに気…々♪ ブラジャー¥5,250、ショ…2,310／ともにララン～気持…ブラ (ワコール)

特別な日には 純白のランジェリーを♥

フロントのシルバーチャーム&リボンモチーフは取り外し可能。2連のストラップもポイントに。ブラジャー¥23,100、ショーツ¥10,500／ともにトレフル (ワコール)

ライムグリーンに 白のレースが優しい印象

ベルト&ショーツは全面メッシュなのに、過激すぎないのは、爽やかなライムグリーンの力♥ ブラジャー¥2,900、ショーツ¥1,200／ともにピーチ・ジョン

ミルキーホワイトで 甘い女のコ気分♪

柔らかなカラー×総レースが乙女な気分にぴったり。繊細ながら、確実に女のコ度をUPさせる一着♥ ブラジャー¥16,800、ショーツ¥6,825／ともにヴァリゼール (トリンプ)

肌なじみの良い イエローがヘルシー☆

刺しゅうはリボン×花柄のミックス柄♪ 女の子っぷりも2倍です。女のコらしい丸いフォルムもキュート! ブラジャー¥3,000、ショーツ¥1,300／ともにピーチ・ジョン

…優しく洗う! ランジェリー用 …シャンプー&コンディショナー

…大切にしたいランジェリーだから、デリケー…用の洗剤を使い、優しく洗いましょう。乾…た後もローズがふんわり香ります。シャ…プー、コンディショナー各¥1,890／チャ…ミングホーム (ピーチ・ジョン)

ピンクのバラが 女っぷりを上げてくれる♥

ゴージャスな印象のバラの刺しゅうも、優しいピンク色ならピュアな印象。女のコ気分を味わいたい日に♥ ブラジャー¥14,700、ショーツ¥6,090／ともにヴァリゼール(トリンプ)

うっとりするような 滑らかな白に♥

まっさらな白のサテン地に身を包めば、気持ちまでまっさらに♥ やっぱりピュアホワイトは外せません! ブラジャー¥2,800、ショーツ¥1,300／ともにピーチ・ジョン

キュートに映える 茶色のベロアリボンがポイント

可愛いもセクシーも両方欲しいならこんなデザインがおすすめ。大人っぽいシルエットにベロアリボンが好バランス。ブラジャー (ショーツとセットで) ¥6,300／ヴィヴィカ (ヴィヴィカ スタイル)

ミックスカラーの花柄 刺しゅうが贅沢なデザイン

ショーツのバックにもワンポイントで花柄刺しゅうが。こだわりの感じられるデザイン性の高さが◎。ブラジャー¥9,450、ショーツ¥4,725／ともにサルート (ワコール)

l9page. com

Sexy ランジェリー

セクシー

ゴージャスな夜の勝負下着としても、鉄板のセクシー系ランジェリー。彼とのデートに着けて行ったら、女度が一気に上昇しちゃいます。

…ールみたいな …スでセクシーに

…ツに付いたチュールのようなレース…ッシュ素材にピッタリ。大人っぽい…な気分になれるセットアップです。ブ…ー (ショーツとセットで) ¥6,300／ヴィ… (ヴィヴィカ スタイル)

…ラのモチーフで …品ゴージャスに

…大人っぽいベースに…ジュの可愛いリボンと…のモチーフで、セクシ…上品なゴージャスセッ…ブラジャー (ショーツと…で) ¥6,300／ジル…ジルスチュアート ラ…ェリー (ジル バイ ジル…ュアート)

上品なレオパードで 彼を誘惑しちゃう!?

淡いピンクのレースをプラスし、大胆なレオパード柄を品のいいデザインに変身させているランジェリー。こんな下着で彼を誘惑しちゃって! ブラジャー¥3,200、ショーツ¥1,500／ともにピーチ・ジョン

パープルのレースで 大人っぽく変身!

パープルのレースで大人っぽいランジェリーを選べば、セクシーなひと時が過ごせそう。たまにはこんな下着で特別なデートもありかも!? ブラジャー¥2,940、ショーツ¥840／ともにアモスタイル (トリンプ)

大胆なデザインで 大人っぽいボディに!

白のサテン地がリュクスな雰囲気をプラスしている大人っぽい総レースのデザイン。着ければ大人っぽいボディに見えちゃう魔法のランジェリーです。ブラジャー¥10,290、ショーツ¥3,780／ともにトリンプ セサ (トリンプ)

Pop ランジェリー

ポップ

元気で明るい気分になれちゃう、ポップなランジェリー。洋服みたいな可愛いプリント柄で、カジュアルなタイプを元気に着こなしちゃいましょう!

ミニーマウスみたいな 赤×白の水玉!

まるでミニーちゃんのような赤と白のドットとレースのデザインで、テンションも上がっちゃいます。見せブラのような柄なので、チラッと見えてもいやらしくありません。ブラジャー¥2,300、ショーツ¥900／ともにピーチ・ジョン

肌触りのいいコットン素材は デイリーにも◎!

ペイズリーとドットのコンビ柄のセットアップ。個性的なブルーグリーンの色が印象的。肌触りがいいコットン素材なので毎日着けても肌に優しいです。ブラジャー¥2,300、ショーツ¥900／ともにピーチ・ジョン

淡いブルーのレースで ドーリーな雰囲気に♥

淡い水色とピンクのストライプ柄に、ブルーのレースでドーリーなデザイン。光沢感のあるサテン素材でポップな中にも高級感がプラスされています。ブラジャー¥2,300、ショーツ¥900／ともにピーチ・ジョン

大好きな ネコちゃんと いつも一緒に♥

鮮やかなピンク地にキュートなネコちゃん柄のポップなランジェリー。黒のレースと肩ヒモでちょっぴり大人っぽく。ネコちゃん好きには特にオススメです。ブラジャー¥6,300、ショーツ¥3,990／ともにケイタ・マルヤマ リラックス (ワコール)

ポップな星柄も モノトーンで 大人っぽく

白地に黒い星のポップな柄もモノトーンなら子供っぽくなり過ぎないのが嬉しい。女のコにとって永遠に鉄板のキュートな柄はインナーで気軽に楽しもう。ブラジャー¥4,725、ショーツ¥1,995／ともにヴィヴィカ (ヴィヴィカ スタイル)

19page.com

悩みも解決！寒さもへっちゃら！

可愛い♥機能的下着

見た目も可愛く
ボディを矯正、
補強してくれる
内緒の下着を、
こっそりご紹介

繊細なレースで 上品なのに機能的

パッと見普通の白サテン地に繊細な黒レースのデザイン。でも、見た目だけではなく、盛りっぷりも最高です! ブラジャー¥2,900、ショーツ¥1,400／ともにピーチ・ジョン

ソフトな着け心地なのに メイク術は一級品!

ノンワイヤーなのに、しっかり谷間を作る優れもの。上品なルックスから想像できない機能は神業です! ブラジャー¥7,665、ショーツ¥3,990／ともにパルファージュ(ワコール)

肩のレースもキュート♥ 美バストもお約束♪

自然にほどよくワキからバストを寄せてあげるブラジャー。ショーツとセットでラブリーなルックスにも大満足です。ブラジャー¥8,190、ショーツ¥4,200／ともに天使のブラ エンジェルフィルム (トリンプ)

キュートな 星柄タンクで 胸のボリュームアップ!

キュートな星柄のタンクトップは、谷間を作る機能付き。チラッと見えても自慢できる柄なのに、どのブラジャーにも合わせられるのが魅力的です。タンクトップ¥7,500／ピーチ・ジョン

谷間メイク

あこがれの胸の谷間を作ってくれる、強力なサポート下着をラインナップ♪ タンクトップとセットアップで使う日によって選べます。

"キュートな柄から意外な谷間のギャップにドキッ♥"

ここがすごい!

ブラジャーの内側にホックが付いていて、留めると谷間をさらに深く作ってくれるブラジャー。カジュアルな日にはホックを留めずにナチュラルな仕様にも。日によって変えられるまさに谷間メイクのブラジャーです。キュートな柄だけではなく機能にもファンが多数います。ブラジャー¥3,500／ピーチ・ジョン アイボリーラメ入りパーカー¥12,600／アルアバイル

サイドからサポートし 美胸を作っちゃおう!

サイドと下から胸をサポートし、バストのボリュームをアップするタンクトップ。いつものタンクトップ感覚で使って周囲を驚かせちゃう!? タンクトップ¥2,100／アモスタイル (トリンプ)

ボリューム谷間と一緒に すっきり背中もゲット!

谷間メイクだけではなく、段差のないすっきりとした背中を作り、後姿もバッチリサポート! ブラジャー¥5,565、ショーツ¥1,995／ともに天使のブラ エンジェルフィルム (トリンプ)

あったかインナー

寒い季節だって、元気でいたいステディ.ガールにオススメの可愛くって暖かいインナーをラインナップ! 服を脱いでもキュートにいよう♥

"脱いでもキュートでいられるあったか可愛いインナー♥"

淡いピンクのレースがキュートなゼブラ柄のあったかインナーとピンクの毛糸のパンツで、寒い季節の洋服の中も女のコっぽく。インナー¥2,415／アモスタイル、パンツ¥2,100／ホイップタッタ (ともにトリンプ) カチューシャ¥10,500／コレットマルーフ (ギャップインターナショナル) ルームシューズ¥2,625／アフタヌーンティー・リビング

カットソーに 見えて暖かさ には自信あり!

外側に透けにくい キュートな 淡いカラー!

(左) 暖かさが話題になっているスゴ衣シリーズのタートルネックタイプ。1枚着れば寒さも解消しちゃいます。インナー¥4,410／スゴ衣 (ワコール)　(右) グリーン×ピンクレースではばっぽくない可愛さです。シャツ¥2,800／ピーチ・ジョン

大ブームの リボンプリント!

腰まで暖めてくれる モコモコパンツ♪

ポケットが付いている 可愛いイチゴ柄♥

(上) キュートなドット柄に大きなリボンのプリントが可愛い毛糸のパンツ。モコモコした素材で暖かい! ニットパンツ¥1,260／スロギー(トリンプ)　(中) ウエストまでサポートしてくれるカラフルなボーダーの毛糸のパンツ。ニットパンツ¥1,900、(下) ウエストにホッカイロを入れるポケットが付いている腹巻き付きのパンツです。寒い日もキュートな柄でテンションアップ! 腹巻きパンツ¥1,900／ともにピーチ・ジョン

ボディメイクインナー

すっきりウエスト、きれいなお尻のラインをお約束してくれる、ボディメイクインナーも、女のコにとって大切な下着のひとつです。

骨盤に注目した 大ヒットシリーズが進化!

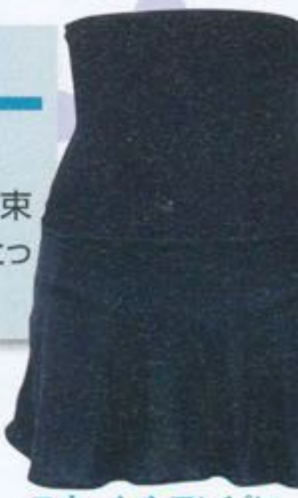
お腹回りを冷えから守り、骨盤を安定させるベルトが内蔵されていて、体の内側からキレイをサポートしてくれます。ガードル¥6,090／骨盤のきもち (トリンプ)

後姿に自信がもてる 美尻効果に期待しちゃう!

ショーツ感覚ではくと、立体的でまん丸のお尻を作ってくれるガードルです。体のシルエットが出るボトムスの日はマストです。ガードル¥4,200／コントロールヒップ (トリンプ)

着け心地のいいブラキャミで 完璧なシルエットを作ろう!

本格的なカップで胸をメイクし、お腹もシェイプしてくれるブラキャミ。段を作らないキレイなシルエットを作ります。キャミソール¥1,800／ピーチ・ジョン



スカートやワンピに 細いくびれをプラス!

腰回りをサポートするウエストニ ーとショーツが内蔵されたペチ ト。スカートやワンピースの日に し、キレイなくびれを作っちゃお ペチコート¥2,900／ピーチ・ジョ

歩くだけでダイエット!? 話題の痩せるガード

…て歩くと、…してくれる…しく見せる…黒ガード…ドル¥6,4…カーシャキ…

ヒップ、ウエスト、太も 気になる箇所を全部メ

ウエストのくびれを作りながら、もともとヒップのボディメイク効果 下半身を完璧にサポートしちゃ しょう。ガードル¥5,250／スピ シェイパーもっとMOMO (トリン

e-MOOK

シー バイ クロエ初のブランドムックが発売

SEE BY CHLOÉ

2009-2010
AUTUMN/WINTER COLLECTION

辺見えみり、道端ジェシカ、香椎由宇、長谷川潤、加藤ローサ

いま最も旬な5人が着る最新コレクション

初めてのクリスマスコレクションを特別プレビュー

テーマ別スタイリングから新作シューズ、バッグ、アクセサリーまで

2009-2010 秋冬コレクション

スペシャル付録
ステーショナリーセット

・オリジナルボールペン
・リボン付きペンケース
・ハードカバーノート

価格1950円
宝島社 http://tkj.jp お求めは全国の書店、インターネットで。

19page.com

19page.com

みんなが知りたい!

男の本音大調査!

男ゴコロ研究所

みんなは男女で考え方や価値観がちがうと思ったことはない? そこでステディ.では、男のコの心の中を調べるため、男ゴコロ研究所を発足!
気になる男のコの本音をズバッと聞いちゃいます。

撮影/関戸聡子

結婚は恋愛の延長線上にある?

(メーカー勤務・25歳)

将来編へ

彼女がいても浮気願望ってあるの?

(金融関連勤務・27歳)

恋愛編へ

デートでは割り勘? それとも奢るの?

(IT関連会社勤務・26歳)

お金編へ

正直、社内恋愛ってあり?

(団体職員・23歳)

お仕事編へ

男女の友情はあると思っている?

(メーカー勤務・24歳)

恋愛編へ

男の人ってみんな貯金はしているの?

(医療関係勤務・29歳)

お金編へ

1000人アンケートで聞いた みんなの男のコへの疑問

古月里奈さん(商社勤務・23歳)
安岡あゆみさん(メーカー勤務・23歳)
倉形まなみさん(医療関連勤務・28歳)

アンケートから上がってきた男のコへの代表的な疑問はコチラ!
あなたの気になる質問が含まれているか、要チェックしましょう。

ステディ.読者アンケートより

男女で考え方はちがうと思う?

結果はご覧の通り、圧倒的に「ちがうと思う」が多くてビックリです。みんな、普段からちょっとした会話の中での考え方や価値観の男女差を感じていたみたい。

平川ちひろさん(メーカー勤務・27歳)

男のコの本音を知りたい?

アンケートでは「知りたい」と思っている人が多数。NOの意見には「知るのが怖いからNO」と答えた人も多く、実際はもっと知りたい人が多いよう。

野中優子さん(保険会社勤務・27歳)

そこで

ステディ.男ゴコロ研究所を発足しました!

竹村尊仁さん
(商社勤務・28歳)
「わがままな自分を理解してくれる心の広い優しいコがタイプ。でも、一緒に食事し食べ方が汚いと幻滅しちゃいます。」
似ている芸能人
的場浩司

森 博史さん
(メーカー勤務・31歳)
「メーカーで製品の開発業務を担当。好きな女性有名人は、加藤あい。透明感があり上品な雰囲気がステキです。」
似ている芸能人
岡田 圭(ますだおかだ)

木村淳之介さん
(広告代理店勤務・29歳)
「一緒にいる女性は明るく話し好きなコが良いかな。大雑把な性格の自分とのん気に楽しんでくれる人が理想です。」
似ている芸能人
東野幸治

河崎達哉さん
(人材紹介会社勤務・24歳)
「モットーは、人生楽しんでなんぼ。仕事も私生活もいかに楽しく過ごすかが大切。周囲にも笑いを常に提供したい!」
似ている芸能人
河相我聞

田中 淳さん
(広告代理店勤務・24歳)
「好きな異性のタイプは、はっきりと好みが言え、志が高い人。頑固ものの自分と対等に物事を考える人が良いです。」
似ている芸能人
岡田将生、てつじ(シャンプーハット)

小林直人さん
(美容師・23歳)
「美容師のアシスタントとして、パーマやカラーなど技術を学んでいます。女性をキレイにできる美容師が目標です。」
似ている芸能人
ダルビッシュ有

井坂 智さん
(印刷会社勤務・26歳)
「自分が恥ずかしがり屋で人前が苦手なので、好みは物事に積極的なコ。見た目は透明感のある人が理想。」
似ている芸能人
亘健太郎(フルーツポンチ)

小林 純さん
(広告代理店勤務・[illegible]歳)
「人見知りで、初対面の人と話をするのが苦手。合コンはそれを克服し、営業力を磨くチャンスだと思い参加します。」
似ている芸能人
水嶋ヒロ、堀北真希

岩崎慎一郎さん
([illegible]勤務・25歳)
「アパレルを担当しているので、スーツで仕事に…ません。お酒を飲む…が趣味なので、一緒に楽しめる女性がタイプ…」
似ている芸能人
ケイン・コスギ

僕たちが本音でお答えします!

コチラの男のコを代表にアンケートに協力してくれた男のコたちが、本音を大暴露します。

男のコも十人十色

一問一答　男の本音

お酒の勢いで キスするのは？

「ただの酔っぱらい」
（不動産会社勤務・25歳）

「その場のノリ！」
（マスコミ勤務・31歳）

「もしやその先も!?」
（メーカー勤務・24歳）

お酒の勢いでおきてしまった出来事に男のコたちは深い意味は持っていないみたい。酔いに任せた男の本能での行動は信用できません。

電話を 折り返さないのは？

「興味がない！」
（医療関係勤務・28歳）

「期待させたくない」
（マスコミ勤務・31歳）

「面倒くさい」
（広告代理店勤務・25歳）

「気にならない＝連絡は返さない」と男のコの脳は単純のよう。折り返しの連絡を待っていてもないなら他の相手を探すのが賢明かも。

メールアドレスを 聞くのは…？

「男としてのマナー」
（メーカー勤務・31歳）

「興味があるから聞く」
（コンサルティング会社勤務・24歳）

「もう一度会いたい！」
（金融関係勤務・26歳）

男のコの考え方が、興味があるとないのちょうど半分くらいに分かれたこの質問。「友達として飲みに行きたいだけ」という意見も。

男のコの本音と建て前を検証 Case1

「外見と中身はどっちが大切なの?」

（栗子さん・24歳）

建て前「中身!!」
本音「外見から入って中身を見る」

射場大貴さん（保険会社勤務・23歳）
聞いてきたコのルックスをチェックして答えます。本音は、ファーストコンタクトは外見ですが、つき合う相手なら中身が大事と思っています。

建て前「外見」
本音「外見」

内山武士さん（不動産会社勤務・34歳）
絶対に外見だと思っているので、建て前も本音も同じです。それで選んだ女のコには「可愛い」と伝えていることになり、悪い気はしないと思う。

建て前「中身が大事だよ」
本音「両方大事かな…」

小林直人さん（美容師・23歳）
顔で選んでいると思われたくないので、両方と答えますが、実際には好みの顔でなければ、中身を知る関係までに発展しないと思います。

男のコの本音と建て前を検証 Case2

「あなたにとって合コンとは何?」

（Q太朗さん・28歳）

建て前「つき合い」
本音「合コン苦手」

田中 淳さん（広告代理店勤務・24歳）
合コンは友達とのつき合いで参加することがほとんど。実際はちょっと苦手なので、1対1で飲みにいくほうが良いって思っています。

建て前「友達とのつき合い」
本音「気ばらし！だが、可愛いコいるかも…」

後藤大太郎さん（インテリア関連会社勤務・34歳）
答えるときには友達とのつき合いだと言います。でも、もし可愛いコが来て、一緒に楽しいお酒が飲めたら、最高の気ばらしになると思う。

建て前「異業種交流会」
本音「女のコと仲良くなるチャンス!」

中山敬太さん（コンサルティング会社勤務・26歳）
基本的に合コンは人との出会いの場、人脈作りのため。さらに、その場の雰囲気で可愛い女のコと仲良くなるチャンスもあるかと期待もします！

将来のためにも素朴な疑問もしっかり解決！

恋愛編

男のコの心理を一番探りたいのが恋愛について。しっかり学べば、結婚してからも役に立つかも!?

安岡あゆみさん（メーカー勤務・23歳）
行動、言動ともに理解できない！

男のコの心理メモ

Q 浮気願望はある？

平野省太郎さん（メーカー勤務・28歳）
一番なのが彼女なので僕はない！でも男で浮気願望はあるヤツも理解できます。

意外にも男のコたちに浮気願望は少なめ。「常に本気なのでYES」と意味不明な意見も。

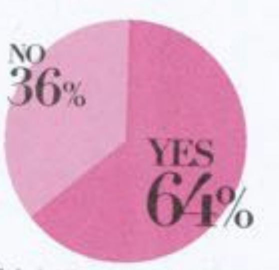
Q 別れた彼女と連絡をとる？

森 博史さん（メーカー勤務・31歳）
元カノとは今となっては、友達のひとり。連絡をとっても深い関係には戻らないかな。

「生息確認」や「友達として」のYESと、「今は大嫌い」と恨み別れの意見がちょうど半分。

Q 男女の友情は成立する？

小林 純さん（広告代理店勤務・27歳）
僕はどっちかに恋愛感情があるのでは？と疑うので、男女の友情は成立しない派です。



成立する派がないという意見を上回るよう。友達から恋人への経験済者は警戒しているそう。

男のコも十人十色

一問一答　男の本音

金欠気味でも 後輩にご飯は奢る？

「絶対、奢る！」
（広告代理店勤務・25歳）

「これは、男のプライド！」
（医療関係勤務・29歳）

「後輩に金欠は関係ない！」
（マスコミ勤務・31歳）

金欠、給料日後に関係なく後輩にごちそうするのは当たり前。という意見が大半。男気があってすてきだけど、金銭感覚は女性より疎そう。

初めてのデートで 奢るのは？

「若干気になっている！」
（商社勤務・25歳）

「ただのマナーかな？」
（メーカー勤務・28歳）

「奢るけどそれが当たり前はイヤ!」
（IT関連会社勤務・30歳）

奢ることに大きな意味はなく、このときの女のコの言葉や行動をチェック。お金を払う仕草や「次は私が出すね」というセリフ待ちみたい。

女のコの 無駄使いを見たら？

「勝手にしなさい！」
（不動産会社勤務・24歳）

「将来は考えない」
（商社勤務・28歳）

「人のこと言えない」
（アパレル関係勤務・29歳）

無駄使いを見ると「結婚してから苦労しそう」という意見が多数。「自分の稼いだお金を使うのはOK」という男のコも数人いました。

男のコの本音と建て前を検証 Case3

「ちゃんと貯金しているの？」

（あやや☆さん・26歳）

建て前「ちゃんとしているよ!」
本音「最近少しずつ始めました…」

岩崎慎一郎さん（商社勤務・25歳）
彼女には安心してもらいたいので聞かれたら、していると答えます。実際に最近少しずつ始めました！でも、すぐに使いたくなっちゃいます（笑）。

建て前「しています！」
本音「しています！」

加々美祐介さん（人材紹介会社勤務・27歳）
将来のことも考えて、貯金もしっかりしています。ただ、彼女にならば聞かれてもいいけど、他の人には質問自体をされたくないって思います。

建て前「しようとしてます」
本音「しばらくは無理だと思うなぁ～」

井坂 智さん（印刷会社勤務・26歳）
実際に貯金をしたいという気持ちはあるので、それは伝えます。でも、現実的には難しいので当分はできないと思う。

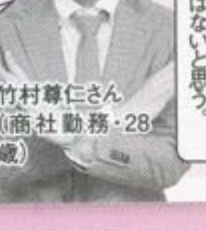
男のコの本音と建て前を検証 Case4

「趣味にお金をかけすぎでは？」

（かーさん・21歳）

建て前「そう?」
本音「そう?」

高安洋平さん（アパレル関係勤務・32歳）
言いにくいことを言ってくれた相手なので、そうなのかと考えると思う。でも結局は自分で稼いだお金なので自分で使っちゃうんだろうな（笑）。

建て前「いやそんな事ない!」
本音「やかましいわ！」

竹村尊仁さん（商社勤務・28歳）
実際に周囲の想像以上に趣味にはお金をかけるタイプ。一応生活はできる範囲にしているので、そう言われると面倒な人でうるさいと感じます。

建て前「そうかなぁ～」
本音「関係ないだろ！」

玉木健嗣さん（歯科医師・25歳）
怒ったりはしないと思うので、とりあえず穏便に話が流れるように答えます。でも自分のお金で楽しむ趣味に口を出される必要はないと思う。

生活を左右する価値観もしっかり勉強！

お金編

しっかりとしていてほしいと願う金銭感覚。だけど聞きにくいマネーのことをじっくり聞いちゃいます。

倉形まなみさん（医療関連勤務・28歳）
生活のことも考えているのかな?

男のコの心理メモ

Q ちゃんと貯金はしている？

木村淳之介さん（広告代理店勤務・29歳）
僕は年相応の貯金はしていますが、周囲でしていないってヤツも多いのが現実ですよ。

大半の男のコたちはしっかりと貯金をしているみたい。お給料日に引き落としなどを活用。

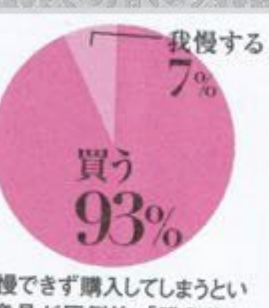
Q 日曜雑貨はどこで買う？

宝蔵寺[illegible]さん（広告代理店勤務・[illegible]歳）
[illegible]

[illegible]

Q 欲しいものが予算オーバーだったら？

河崎達哉さん（人材紹介会社勤務・24歳）
二度とないチャンスかもと思い、予算オーバーでも迷わず購入。その後は何とかなる！



我慢できず購入してしまうという意見が圧倒的。「購入後に倹約して調整」という声もあり。

男のコも十人十色

一問一答　男の本音

親に会ってほしいと言ったら？

「モチロンと即答」
（医療関連勤務・28歳）

「その気がなければ生返事をする」
（商社勤務・31歳）

「今はまだ会いたくない」
（マスコミ勤務・29歳）

結婚を考えている相手なら即OK。そうでなければ濁すのが普通のよう。20代前半の男のコは「結婚をリアルに感じる瞬間」との意見も。

子供をあやしていてほめるのは？

「将来見ている相手かも」
（広告代理店勤務・26歳）

「深い意味はない」
（不動産会社勤務・25歳）

「将来の家族として見ている」
（メーカー勤務・29歳）

「ただの感想」と少数派もいたけど、将来プランで子供が欲しい男のコなら、結婚を考える相手としてポイントが上がっているコメントのよう。

母親からの電話が多すぎ！と言われたら？

「家族なので当たり前」
（商社勤務・28歳）

「言われたら冷める」
（メーカー勤務・31歳）

「嫉妬が可愛いかも」
（マスコミ勤務・29歳）

母親は家族なので連絡は仕方がないみたい。「将来の嫁姑問題が見えてくる」という意見もあり、結婚を考えるのが遠のくことにもなりそう。

男のコの本音と建て前を検証 Case5

「私たちの将来について考えてるの？」

（カッパドキアさん・23歳）

建て前「まだ待ってほしい」
本音「いやっ…聞かれても」

本音では将来について全く考えていなくても、つき合っている彼女とは別れたくないので、建て前は「準備ができるまで待って」と答えそう。

岩崎慎一郎さん（商社勤務・25歳）

建て前「アハハ 何も考えてないです」
本音「もう少し待ってください」

面と向かって相手に伝えるのは照れくさいので、笑いで逃げます。本音は、もう少し年を取ったら本気で考えているんですが秘密にします。

塩野哲平さん（医療関連勤務・23歳）

建て前「ずっと一緒にいたい」
本音「結婚まではまだ…」

もちろん彼女とは一緒にいたいとは思っています。でも、ダメな男で申し訳ないですが、現実は結婚についてまではまだ考えられないです。

井坂 智さん（印刷会社勤務・26歳）

男のコの本音と建て前を検証 Case6

「結婚したら養ってくれますか？」

（じゅんさん・27歳）

建て前「いいよ～」
本音「それが目的では!?」

将来は自分が養う！と思っているのでもちろんオッケーです。でも堂々と言われるとそれが目的なのでは？と勘ぐってしまうかな。

石田哲也さん（メーカー勤務・30歳）

建て前「もちろん！家を頼みます！」
本音「本気でしょうか？」

僕が対等な立場で刺激し合える関係を求めているので、将来の相手としては少し不安。でも、本人が家庭に入りたいならと割り切ると思う。

森 博史さん（メーカー勤務・31歳）

建て前「おう!! こちらこそよろしく」
本音「やりたいようにやってオッケー！」

家計が厳しくなることも理解した上でのコメントならば、好きなようにしてもらっていいと思います。その分僕は頑張って働く気もあります！

高橋 勲さん（金融関係勤務・25歳）

将来の充実感は相手次第かも!?

将来編

未来のパートナーとなる男のコの将来観についてもキチンとチェック。充実した将来を約束できるかな？

一生男のコの考え方に悩みそう！

（保険会社勤務・27歳）

男のコの心理メモ

Q 将来のライフプランがある！

はい！将来の夢があるのでライフプランも立てています。ちゃんと実現させます！

田中 淳さん（広告代理店勤務・24歳）

NO 46%　YES 54%

リアルに将来を見ているコと真逆で夢見がちでYESのコをあわせて半数超えとの答えに。

Q 恋愛と結婚は一緒に考える？

考え方が甘いかも知れませんが、恋愛の延長線上に結婚があると信じています。

大山和哲さん（マスコミ勤務・24歳）

NO 21%　YES 79%

恋愛＝結婚と考える派が多数。「結婚は家族同士」「性格重視」という現実的な意見も。

Q 将来について不安なことがある？

キャリアプランから老後のことまで、男にだって不安なことはいろいろあるんです！

竹村尊仁さん（商社勤務・28歳）

NO 11%　YES 89%

YESに「老後」「景気」など社会的な意見と「仕事」「お金」と自分の不安を答えるコが混在。

男のコも十人十色

一問一答　男の本音

悩みを相談したいと女性社員に言われたら…？

「気があるかと思う」
（広告代理店勤務・24歳）

「ただの相談」
（メーカー勤務・30歳）

「仕事の一部です」
（マスコミ勤務・34歳）

この質問は年齢により大きく幅のある答え。20代前半は「もしや？」と恋愛を感じる派が多数で、年齢を重ねると仕事として考えるみたい。

女性社員と連絡先を交換したら、連絡はする？

「しない」
（メーカー勤務・28歳）

「興味があったらする」
（広告代理店勤務・25歳）

「仕事としてする」
（商社勤務・24歳）

大多数の男のコは、異性として興味があるコのみに連絡するよう。「仕事と考えてコミュニケーションの一部です」という少数派もいました。

仕事で男女の差はあると思う？

「体力的にもある」
（IT関連会社勤務・28歳）

「ないと願う」
（アパレル関係勤務・31歳）

「女性の方が有利」
（メーカー勤務・29歳）

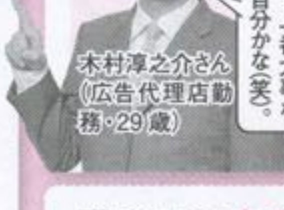
最も賛否両論だったのがこの質問。職業や就いている職種によって、有利だと思う性別が違ったり、性別による違いは全くないとの意見も。

男のコの本音と建て前を検証 Case7

「仕事と私どっちが大事なの？」

（さくらん・24歳）

建て前「どっちも大切だよ」
本音「大事なのは自分！」



嘘はつきたくないので、聞かれたらこう答えます。本音は、そのときの自分で行動が変わると思うので、一番大事なのは結局自分かな（笑）。

木村淳之介さん（広告代理店勤務・29歳）

建て前「お前だよ」
本音「場合による」

本当に彼女のほうが大事だと思っていますが、どうしてもやらなければならないことがあるということを彼女には理解してほしいです。

宝蔵寺亮さん（広告代理店勤務・23歳）

建て前「お前が大切でお前のために仕事も大事だよ」
本音「比べることができないのでこの質問はやめて…」

比べることがナンセンスだと思うので、質問自体をされるのが嫌です。ただ「一生」という観点で考えれば仕事のほうが大切な気がします。

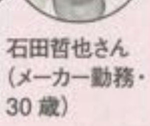
河崎達哉さん（人材紹介勤務・24歳）

男のコの本音と建て前を検証 Case8

「接待って言うけど、ただの飲み会では？」

（いちごさん・28歳）

建て前「できれば行きたくないよ」
本音「仕事だが自分も楽しみたい」



接待が少ないので想像ですが…、多分相手に行きたくないのを前面に押し出すと思うけど、できれば楽しい会になれば良いと願いそう（笑）。

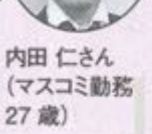
石田哲也さん（メーカー勤務・30歳）

建て前「上司にむりやり…」
本音「飲み会でーす」

飲みの席であることは間違いないのですが、彼女が心配しそうなので、上司に連れてかれて…と仕事をアピール。本当は飲み会だと思う。

小林 純さん（広告代理店勤務・27歳）

建て前「本当だって。しょうがなくだよ」
本音「そう言わないといけないじゃん（笑）」



具体的な固有名詞をあげ、仕方なくの参加を強調します。そう言わないと疑われ、飲んでいる最中もメール攻撃にあいそうなので…。

内田 仁さん（マスコミ勤務・27歳）

生きてくために絶対に必要なシーンです！

お仕事編

仕事と言われると何も言えないという女のコの意見を反映し、もちろんココもしっかりリサーチします。

仕事と言えば何でもありなの？

（商社勤務・23歳）

男のコの心理メモ

Q 自分より彼女の仕事が忙しいのは気になる？

負けたくないと思うので、自分より彼女が仕事を頑張り忙しいのは気にします。

小林直人さん（美容師・23歳）

NO 54%　YES 46%

YESには単純に忙しいのは自分でいたいという考えと、彼女の体が心配という意見も。

Q 結婚したら妻に仕事はやめてもらいたい？

[illegible]

どちらとも言えない 14%　YES 11%　NO [illegible]

NOはお互いを[illegible]しあえる関係を求めるコと家計的に働いてほしいという現実的な声も。

Q 正直、社内恋愛はあり？

仕事が忙しく、仕事とプライベートは完全に分けたいので、僕にはありえないです。

大津幹弘さん（マスコミ勤務・30歳）

NO 32%　YES 68%

「好きになったら仕方がない」と男のコたちも考える人が多いよう。恋愛に環境は関係ない!?

19page.com

際みんなってどんなコトしてるの? と気になるのが体のメンテナンス。そこで読者のみんなに
いた中から、みんなやってる&ユニークな体にイイコトをご紹介しちゃいます!

体にイイコト37連発

読者代表のチャレンジ付き!

美容の口コミ 9 Beauty

美は1日にしてならず! スキンケアはもちろん、内側からも気をつかっている人多し! やっぱり美しさは女性の命!?

口コミ1 食事のときに豆乳を欠かさず飲む!

カナちん★さん(24歳)からの口コミ

食事のときに豆乳を飲むと、肌がキレイになるらしいと聞いて実践。朝食をパン+コーヒーから豆乳にチェンジし、どうしても食事と豆乳の相性が悪そうなときは(笑)、先に飲んでからごはんを食べています。

期間 1ケ月 予算 2000円

効果・結果
「まだ1ケ月ですが、肌にハリが出てきたせいか毛穴がキュッと引き締まって目立たなくなり、肌色もワントーン明るくなりました♪ 豆乳ならどこでも買えるし、飲むだけだから簡単なので、これからも続ける予定!」

口コミ2 美髪キープのために冬でも最後は冷水仕上げ

ユリさん(28歳)からの口コミ

シャンプーのとき、トリートメントやコンディショナーを流した後、最後は冷水で髪を引き締め! 慣れるまでは正直寒いけど、お金をかけずにサラサラヘアになれちゃいます!

期間 1ケ月 予算 0円

効果・結果
「キューティクルが引き締まってトリートメント成分を逃がさない! おかげで、傷み気味だった髪の毛がサラサラに」

口コミ3 お米のとぎ汁でコットンパック♪

はるさん(24歳)からの口コミ

朝ごはんを炊くときに出たとぎ汁を捨てずに取っておき、コットンに含ませて軽くしぼったら両頬とおでこにペタリ。20分くらい放置したら、はがせばOK。お米は実家から送られてくるので、お金もかかりません(笑)。

期間 2週間 予算 0円

効果・結果
「コットンをはがしたあとは、肌がしっとりモチモチしているのがわかります。お手軽なので、オススメ!」

口コミ4 ナイトスチーマーで寝ている間にお手入れ♪

みきさん(20歳)他からの口コミ

眠っている間にケアしてくれると噂の「ナノケア」を使用。イオンスチーマーは肌にいいと聞きつつも、15分じっとしているのも面倒なので、寝ている間に使えるコレを選択しました。

期間 1ケ月 予算 20000円

ナイトスチーマー「ナノケア」EH-SA41 オープン価格/パナソニック

効果・結果
「目に見えるスチームが出ないのでどうかと思ったけど、1ケ月でモチモチ肌に! あとはお肌が乾燥しなくなってメイクのりもアップ。パサパサだった髪もちょっと落ち着いてきたかも!?」

口コミ5 メイクは必要最低限! 帰ったら即すっぴんに

まいさん(25歳)他からの口コミ

肌あれやニキビが気になっていたものの、すっぴんでは会社に行けず…。そこでポイントメイクはきちんとしつつ、ファンデはできるだけ薄く。帰宅したら、とにかく真っ先にメイクを落とすようにしています。

期間 1年 予算 0円

効果・結果
「肌あれやニキビができなくなり、毛穴開きや黒ずみも目立たなく。肌トラブルが減り、9割9分お肌の調子がいいです!」

口コミ6 0カロリーの食物繊維でニキビを改善!

あ～さん(22歳)からの口コミ

毎日夕食時に、ところてんか寒天、こんにゃくゼリーのどれかをまず食べるようにしています。安いときにまとめ買いしておけば、高いニキビ用化粧品を買うより安上がり。

期間 半年 予算 10000円弱

効果・結果
「便秘もなくなったし、おかげでニキビもできなくなりました。しかも意外と満腹感があったせいか、食事の量も減り、体重まで落ちたのが嬉しい!」

口コミ7 耳たぶ回しでくすみ・むくみを解消!

めろりさん(27歳)からの口コミ

耳たぶにはリンパの流れをよくするツボがあると聞き、ヒマさえあれば耳たぶ回しを実践。マッサージをするよりずっと簡単なので、何気に続けてます。

期間 1ケ月 予算 0円

効果・結果
「回していると血行がよくなるのを実感。くすみがなくなり、顔も若干すっきりしてきた感じ」

口コミ8 プロに聞く! 体にイイコト!

ヘアメイクアーティスト
菊地美香子さん

Profile
女性誌やテレビ、CMで活躍する超売れっ子ヘア&メイク。おしゃれでナチュラルに仕上げるメイクテクは、優香さんなど多くの女優やモデルの支持を集めています。

ノニジュース&ボディボードで健康的に全身シェイプ!

両方とも2年ほど続けています。毎日朝晩欠かさず飲んでいるノニジュースは、飲み始めてから疲れにくくなり、体重もダウン。ボディボードは、腹筋背筋を使うのでウエストまわりもすっきり。フィンをつけて泳ぐので脚全体も引き締まり、ヒップアップ効果もありました。ジュースは飲むだけ、ボードはなんといっても楽しいので、どちらも無理なく続いています。

菊地美香子さんがアシスタントを募集!
美容師経験3年以上で都内在住が条件。ご希望の方はプロフィールを ok ku@[illegible].com までお送りください。

読者代表がチャレンジ

口コミ9 手作りのフルーツ酢でつるつるの透明肌に!

酢は体にも肌にもいいので、好きなフルーツを入れてフルーツ酢に。毎朝飲むようにしています。半年で肌のトーンが明るくなり、メイクのりもアップ!

(あきにゃさん・26歳)

読者代表 荒川香澄さんが挑戦!

荒川香澄さん(教育関連勤務・25歳)

命
フルーツ酢を作り週間飲む!

飲んで痩せたのでやっていと思ってたけど、実は酢ライ…。

準備 まずフルーツ酢を作る!

スにはリンゴ酢を使用。水分が混じらないようにーツを切り、酢・フルーツ・氷砂糖・酢の順に1:1:分量で投入。直射日光を避け、1週間寝かせたら。ネット情報で「初心者にはパインがオススメ」とたので両方にパインを投入。①パイン&リンゴ、イン&ピンクグレープフルーツ&ネーブルオレン2種類を作りました。

成3日目 恐る恐るフタを開けてみる

フルーツと酢が分断されていて、ニオイも「酢」。てまだ飲むことができず…(笑)。

成5日目 ようやく飲み始めてみる

を味見。むせたが、酢より断然飲みやすい味。ソ割りで飲んだらおいしかった♪

今日から1週間飲みます!

荒川さんのフルーツ酒レシピ

【ヨーグルトあえ】
け込んでいたフルーをヨーグルトとあえてべた。デザート感覚とっても美味★

【健康ハイ】
フルーツ酢をソーダと焼酎で割って、健康ハイに(笑)。シュワシュワ感がイイ感じ。

【ドレッシングとして】
ラダのドレッシングにってみる。そんなに甘ないので、意外とおいくて◎。

週間チャレンジの感想

っぴんでも「顔色よくなっ」と言われるように。むく改善された!? あとは朝のめが見違えるようにすっ! ホントに朝が辛かったのコレには感激♪

9page.com

読者1000人アンケート

美容　健康　ダイエット　癒し

みんながやってる口コミ

撮影／関戸聡子　イラスト／Nobby　文／青柳恵美香

健康の口コミ

Health

冷え、便秘解消から体調維持・疲れにくくなったなど、お仕事を乗り切るための健康キープ術がいろいろ！今すぐお試しを♪

口コミ1　常温の水を1日2リットル以上飲む

ひろちゃん（26歳）他からの口コミ

朝起きてすぐ、食事前、入浴前など気がついたらこまめに水を飲むようにしています。冷たい水は体を冷やすと聞いたので、必ず常温で。モデルさんが実践していると聞いて以来、ずっと続けています。

期間　5年　予算　水道水なので0円

効果・結果　「数日出ないこともあった便秘が改善され、にきびもできにくくなった」「肌がきれいになった」という声が多数。「代謝がよくなった」「膀胱炎になりにくくなった」「肩こり改善」という意見も。

口コミ2　歩数計をつけて毎日1万歩歩く！

体をほとんど動かさないので、運動不足解消にと歩数計をつけるように。最近のものは歩いた分のカロリー表示もしてくれるので、食べ物や飲み物にも自然と気をつけるようになりました。

期間　1ケ月　予算　5000円

シチズン デジタル歩数計TW700 全6色　オープン価格／シチズン・システムズ

効果・結果　「1万歩到達しないと悔しいので、「歩いてないな」と思う日は、帰宅後にウォーキングをプラスするなど、運動を意識するようになりました。おかげでよく眠れるし、疲れにくくなったかも」

口コミ3　野菜はスライスして常にストックしておく！

タワーさん（29歳）からの口コミ

野菜は意識しないと不足がちになるので、気が向いたらレタスやキュウリ、たまねぎなどを大量にスライスしておく。食事のたびに準備する手間が省けるし、イヤでも食べるようになるのでオススメです。

期間　半年　予算　月500円

「便通がよくなり、肌あれもなくなりました。外食が続くと無性に野菜が食べたくなるので、食事の好みも変わったのかなと思います」

口コミ4　健康のためにはやっぱり青汁！

ちさとさん（23歳）からの口コミ

毎朝必ず青汁を一杯飲んでいます。思ったほどまずくないし、ヨーグルトや牛乳と混ぜてもOKなので、意外と続けやすいかも。

期間　2ケ月　予算　もらったので0円

効果・結果　「毎朝快便！肌の調子もいいし、体のだるさもなくなりました！」

口コミ5　オリジナルドリンクでガンコな便秘を撃退！

みーさん（26歳）からの口コミ

バナナ酢＋牛乳＋青汁＋ごまきな粉のミックスジュースを毎朝！ヨーグルトみたいで思ったよりもおいしいですよ。

期間　1年　予算　月1000円

効果・結果　「私はコレで便秘知らず。飲み続けるうちに、ぽっこり下腹もペタンコになりました」

コレもオススメ！

生薬と乳酸菌で困った便秘の悩みもすっきり♪

酸に強く、生きて腸に届く乳酸菌と5種類の生薬が腸内環境を整える。ウエストンサラ[第②類 医薬品]27錠入り ￥609／小林薬品工業

口コミ6　ゆったり半身浴でツライ冷え性を改善！

おりょうちんさん（29歳）他からの口コミ

お気に入りの入浴剤を入れて、半身浴をしています。冬でもタオルを肩にかけておけば寒くないし、本を読んだり、顔にマスクをしたり、髪のヘアパックをしたり、できそうなことは全部お風呂で済ませます（笑）。

期間　5年　予算　ほぼ0円

効果・結果　「ツラかった冷え性が改善し、肌のくすみもなくなった」「新陳代謝がよくなり太らなくなった」「疲れが残らなくなった」「脚がむくまなくなった」などの声も！

口コミ7　1日1回は納豆必食！おかげで風邪知らずに

六花さん（26歳）からの口コミ

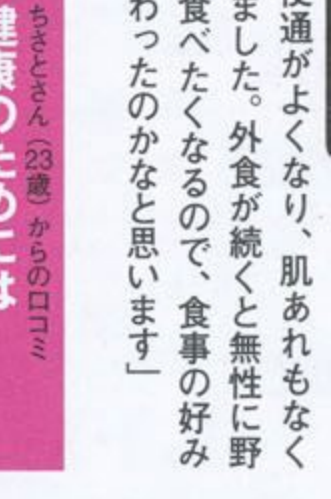
毎日バランスよく食べるように心がけています。中でも必ず食べるのは納豆！アレンジレシピもかなりあるのが自慢です。

期間　昔から　予算　一食100円位

「寝不足明けでも肌トラブルはナシ。納豆を食べ忘れると風邪をひいたりするので、健康維持に欠かせない感じです」

口コミ8　プロに聞く！体にイイコト！

美人女医ユニット JOY☆Total Clinic
黒田愛美さん



Profile
女性医師ユニット、通称「ジョイクリ」のメンバー。獨協医科大学医学部卒業の現役美容外科医。夕刊フジにてリレーコラム「やすらぎの処方…

毎日のちょっとした工夫で美肌&美ボディをキープ！

ストレスなく体型を維持するため、朝食は黒酢入りの野菜ジュースと、きなこ・黒ゴマ・オリゴ糖を加えた無脂肪ヨーグルト。昼食は炭水化物・脂質を抜く分、外食の多い夜は好きなものを食べられるようにしています。あとは月1回のフォトフェイシャル&ピーリングで美肌をキープしています。

…JOY☆Total Clinicが本を出版。10月29日に「女医が教える女のからだ」が発売。￥880（日本文芸社）。ぜひ本屋さんでチェックしてみて。

読者代表がチャレンジ

口コミ9　白湯飲み＋生姜　冷え症から脱却！

冷えは体によくないと聞き、朝起きたら白湯を飲む、体を温める働きのある食品（生姜とか）を食べる、くつ下を履くetc.を実行。体も温まっただけでなく、痩せました！
（あさみんさん・25歳）

読者代表 水野友貴さんが挑戦！

指令　**内側&外側の両方から体をしっかり温める！**

水野友貴さん（マスコミ勤務・26歳）

冷え性なので冬は足が寒くて寝つきが悪いのが悩み。見た目重視の薄着が原因!?

1st day 夜寝る前に白湯を飲んでみる

天然水をレンジで温め、5分ほど冷ましてから飲む。いつも味が濃い飲み物ばかり飲んでいるので味気ない…。簡単だけど続くか若干不安。

2nd day 腹巻きを投入してみる

運悪く（良く?）生理になってしまいお腹が痛いので、今日から腹巻きをプラス。白湯も飲んで寝たせいか、お腹の痛みが少し軽減!?

3rd day モコモコソックスを履いてみる

家にいるときはいつも裸足だけど、今日から靴下を履いてみる。足の冷えがあまり気にならずに眠れたけど、白湯はやっぱりしんどい。

4th day 白湯を生姜入り紅茶にする

変化をもたせるために、生姜を加えた紅茶にして飲んだ。味もあるのでぐびぐび飲めて、体もぽかぽか。これなら続けられるかも。

5th day 冷えが気にならなくなってきた

今日は再び白湯に。腹巻きとモコモコソックスを着用していたけど、いらないかもと思えるくらい冷えが気にならなくなってきた。

6th day 会社ではひざかけを投入

足がとっても温かくて、思わず会社で寝てしまいそうに。今まではよく足がつっていたのに、冷え対策を始めてからは1度もなくてびっくり。

7th day 生理が重くならずに終了

生理痛がひどくなることなく終了。これも白湯と冷え対策のおかげかも。不思議なことに体も軽いし、ムラがあった食欲も安定してきた。

1週間チャレンジの感想

最初は少し面倒だと思ったけど、冷え性はもちろん、生理痛や便秘もやわらぎ、寝つきもよくなり、といいことづくし。できるだけ続けて、これからの時季も体調を万全にします！

10page.com

ダイエットの口コミ9

Diet

やっぱり気になるのはボディライン。1日5分の簡単体操系から、カロリー計算&ジム通いなどコツコツ着実型まで多種多様な回答が！

口コミ1

あさみさん（28歳）からの口コミ

炭水化物抜き生活で3ヶ月で12kgダウン！

9号のウエディングドレスを着るため挙式3ヶ月前から水を1日1.5リットル+炭水化物抜きの食生活を決行。ごはんが欲しくならないよう薄めの味付けにし、カレーやどんぶりものは、千切りキャベツをごはん代わりに。炭水化物なしだとおなかが空くので、りんごやヨーグルトをおやつにしていました。

期間：3ヶ月
予算：0円

●効果・結果

「停滞期はあったものの、運動はせずに3ヶ月で12kg減、ウエストもマイナス10cmに。水をたくさん飲んだせいか、お肌もキレイになって一石二鳥。今でも、ちょっと増えたなというときはこの方法で体重をキープしています」

口コミ2

トミィーさん（26歳）他からの口コミ

ウエスト引き締めにはやっぱりコアリズム！

家で手軽にできそうだからと、コアリズムのDVDを購入。自分のペースで運動しています。キツイけど、あのインパクト大なお姉さま方と一緒にやっていると自分までセクシーになった気がして気分いいです（笑）。

コアリズム（日本語吹き替えDVD3枚組）¥9,900／エクサボディ

期間：1週間
予算：9900円

●効果・結果

「まだ1週間ですが、腰回りがスッキリしたような。あとはもう単純に楽しいので、汗をかいて、お風呂に入ればストレスもふっとぶので、暴飲暴食することがなくなりました。せっかくだから、しばらく続けてみる予定！」同じように「くびれができて体が引き締まった」「某女芸人よりウエストが細くなった」との声が多数！

口コミ3

りんごママさん（26歳）からの口コミ

白米から五穀米にして1年で5キロ減！

主食のごはんを白米から五穀米にチェンジ。味もそんなに変わらないし、食感もイイので無理なく続けられています。

期間：1年
予算：1袋200円

●効果・結果

「よく噛んで食べることになったからか、満腹感があって間食が減り、ムリなく1年で5キロ痩せました」

口コミ4

くるみさん（19歳）からの口コミ

電話帳を再利用!?で下半身痩せに成功！

友達がテレビでやっていた下半身痩せの方法を教えてくれたので、さっそく実践。いたって簡単で、家で座っているときは電話帳を膝と太ももで挟んでいるだけ。最初は脚がぷるぷる震えちゃうこともあったけど、テレビを見ながらとか、ごはんを食べながらでもできるので、ひたすら挟むようにしてました。

期間：2ヶ月
予算：0円

●効果・結果

2ヶ月で、太ももは2cm、ふくらはぎは1.2cm減。自然に姿勢もよくなりました。お金も時間もかけずに効果ありだったので、しばらく続けてみる予定です。

口コミ5

LILIA★さん（23歳）からの口コミ

エレベーター禁止！階段を使い筋力強化

わざわざ運動するのも面倒なので、普段の生活で体を動かすことに。エレベーターやエスカレーターがあっても、なるべく階段を使うようにはしています。

期間：1年
予算：0円

●効果・結果

「体重が減りました。あとは脚に筋肉がついたのか、むくみにくくなり、脚全体が引き締まった感じがしています」

口コミ6

さとさん（25歳）他からの口コミ

骨盤矯正ダイエットでゆがみ&便秘も解消

下腹ぽっこりをなんとかしたくて腰回しなどの骨盤体操と腸マッサージを実践中。1日5分くらい腰を前後左右&回すだけなので、いつでもどこでも気がついたらひたすら腰をぐるぐる回しています。

期間：2ヶ月
予算：DVD代

●効果・結果

「体重が劇的に減ったわけではないけど、骨盤のゆがみが直って、便秘も解消されたことで、ボディラインがすっきりキレイになってきた感じがします」他にも「くびれができた気がする」「体が引き締まった」「下腹がぺたんこになった」「便秘が解消したので肌もキレイに！」などの口コミも。

口コミ7

よしこさん（23歳）他からの口コミ

一念発起のジム通いで溜まった贅肉もすっきり！

スポーツジムに通っています。汗をかくので代謝もよくなっている気がするし、運動後はストレスもすっきり解消！

期間：2ヶ月
予算：月10000円

●効果・結果

ストレスが減り、ボディラインも引き締まりました。またジムに通うようになったことで、今までだらだらとネットサーフィンしていた時間も減少。間食もあまりしなくなったし、ひどかった眼精疲労もなくなったりといいことずくめです」他にも「半年で10kg痩せた」「体が柔らかくなり、ストレッチをするのが楽しい」なども。

口コミ8

プロに聞く！体にイイコト！

フードコーディネーター

SHIORIさん

Profile

「若い女の子にもっと料理を楽しんでもらいたい」をモットーにテレビ・女性誌で活躍中。不定期で開催される、料理イベントや料理教室は、常に満員という人気ぶり。

入浴中の簡単マッサージでむくみ知らずに♪

仕事中は立ちっぱなしなことも多いので、脚の疲れを取るためにも、お風呂に入って体を洗うときに、泡をつけたまま足首から順番にマッサージをしていきます。5分くらい続けていますが、脚のむくみが気にならなくなりました。

ウォーキングは万歩計をつけると楽しく続く！

歩くのは体にイイと聞いたので、1日1万歩を目標に万歩計をつけて歩くようにしています。今まで徒歩移動は好きじゃなかったのに、続けていたら歩くことが好きになりました（笑）。

Information

大人気の彼ごはんシリーズ5作目、「作ってあげたい彼ごはん5」（宝島社）が発売中。少ない材料で作れる簡単・おいしいレシピが満載！

読者代表がチャレンジ

口コミ9

置きかえダイエットでムリなく3kgダウン！

カロリー計算は面倒なので、簡単にできそうな置きかえダイエットにトライ。オルビスのダイエット食品は種類も豊富で飽きずに続き、1ヶ月で3kg減りました。

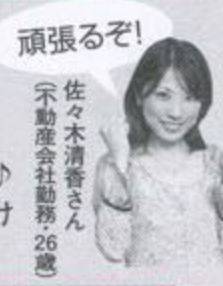
（まいさん・27歳）

者代表 佐々木清香さんが挑戦！

令

きかえ食品を週間食べる！

事より甘いものが大好き♪事も2食or3食と不規則だけやるからには成功したい！



佐々木清香さん（不動産会社勤務・26歳）

佐々木さんが使ったのはコレ！

（左上から）プチヌードル（梅かつお味）7食分¥1,680、プチシリアル（プレーン味）30枚入り¥1,260、大豆おからクッキー（プレーン味）15枚入¥1,050、プチシェイク（フレッシュストロベリー）7食分¥1,470／すべてオルビス

st day ダイエットスタート

食代わりにヌードルを。お腹が空いてしまったため、食前におからクッキーもプラス。クッキーはどっしりた食べごたえで満足♪

nd day 食の代わりにチヌードル！

坊したので朝食はシェイシリアルに。ササッとつるし、シェイクが超おい♪ 夕食は簡単にできるドルを。

rd day お腹が空いてついお菓子

もや朝食をヌードル&おからクッキーに。でも今お買い物をして動いたせいか空腹をガマンできお菓子を食べちゃった…。

th day ったね！いに変化が！

重がやっと0.5kg減！気も上向きになり、朝・昼シリアル&ヌードルにし岩盤浴にも行き、汗をたり出してきました。

th day 気持ちが上がりやる気アップ！

は大好きなシェイク！牛乳でなく豆乳でつくった腹感もアップ。夕食もシリアルで簡単に。半身浴て、0.6kg減に。

th day み物もれに変更！

エットを始めてから、飲は「ヘルシア」に。今日食&夕食を置きかえ食てラストスパート！

th day ダイエット最終日

はシリアル&シェイク。昼食はコンビニで買った菜とおでんでヘルシーに。夕食はヌードルでがんばみました。

週間チャレンジの感想

終的には0.7kg減！かなりやかでしたが、ムリなく楽し続けられる感じ。シェイクやリアル、クッキーは本当においしいので、お菓子好きの私大満足でした♪

19page.com

癒しの口コミ10

Healing

ストレスフルな毎日を乗り切るために欠かせないのがリラックス。アロマテラピーやマッサージにいくという人も多数でした。

口コミ1 アロマキャンドルを水に浮かべてリラックス

雄ちゃん(22歳)他からの口コミ

100円ショップで売っているアロマキャンドルをまとめ買い。その日の気分でチョイスして、水に浮かべて楽しんでいます。オイルなどと比べて手軽にできるし、全部100円なのでいろいろな香りにトライできるのが◎。

期間 6ケ月　予算 1個100円

効果・結果
「いい香りって本当にリラックスできるんだなぁと実感中。寝る前に楽しむと、寝つきもよくなります。あとは100円ショップでキャンドル以外にいろいろ買い物するのも、ストレス解消になっている気が…(笑)」他にも「キャンドルの明かりが落ちつく」「熟睡できるのでクマがなくなった」「イライラしなくなった」という声も。

口コミ2 意外とハマる!? 名付けて〝盆栽セラピー〟

ミニ盆栽を買ってきて、育てている真っ最中。小さいものなら思ったより手軽に買えるし、毎日水やりをするのもけっこう楽しかったりします。

期間 2ケ月　予算 5000円

効果・結果
緑を見て、癒されています。ミニ盆栽は種類がすごく豊富。まだまだ数が少ないので、これから増やしていこうと計画中。

口コミ3 ペットと触れ合うと幸せ〜な気持ちに♪

piqueさん(32歳)からの口コミ

ペットと見つめあったり、触れあったりするとお互いに幸せな成分(?)が出ると聞いて、文鳥を飼っています。

期間 3年　予算 1500円

効果・結果
「なんといっても可愛い! 見ているだけでも心がなごむし、両手で軽く包み込むと、文鳥はどう思っているかは別にして、私自身はめちゃめちゃ癒され、疲れも吹き飛んじゃいます」

口コミ4 ホットアイマスクで目の疲れも吹き飛ぶ!

事務職なので、とにかく目が疲れる! 特に疲れた日は、めぐりズムのアイマスクをしています。カモミールジンジャーがすごくいい香りでオススメ!

期間 1ケ月　予算 約3000円

めぐりズム　蒸気でホットアイマスク(無香料/ラベンダーセージの香り/カモミールジンジャーの香り) 5枚入り 各¥500(編集部調べ)/花王

効果・結果
「じんわり温まるのでそれだけで目の疲れも癒されるし、目の疲れからくる頭痛も減りました。めちゃくちゃ気持ちいいので、寝つきもよくなります!」

口コミ5 ヒーリング音楽で手軽にバカンス気分

Pafuberryさん(25歳)からの口コミ

疲れたなぁという日はテレビを見ていると目がしんどくなることも。明かりを落とした状態で、ヒーリングミュージックを聴いていると心がおだやかになれます。波の音を聴いていると、まるで南の島にいるみたいで、軽く旅している気分にも(笑)。

期間 1週間　予算 約1000円

効果・結果
寝つきがとてもよくなりました。忙しすぎて心が疲れているときに、おすすめです。

口コミ9 プロに聞く! 体にイイコト!

ビューティセラピスト
野松慶子さん

Profile
リラクゼーションサロン&スクール「ラ・マルメゾン」主宰。アロマセラピストとして活躍するほか、肌状態に合わせたお手入れ方法などの的確なアドバイスで人気。

朝1杯の水と夜のストレッチで溜まりにくい体質に

代謝アップのために、毎朝起きたらまずグラス1杯の水を飲み、エアロビクスなどの運動をする場合はできる限り午前中に行っています。また、眠る前に必ず腰や股関節のストレッチと腹筋30回をすることでリンパの流れを促すようにしています。

冷えもなくなり締まったボディラインに

2〜3年ほど続けていますが、代謝も体温もアップ。見た目が引き締まり、体脂肪も3%減りました。ストレッチは睡眠の質も上がるので、疲れも残らず、目覚めもよくなりますね。

ラ・マルメゾン
東京都世田谷区玉川3-15-8 A203
☎03・3709・8782
http://www.la-malmaison.jp/lamalmaison/index.html

口コミ6 オーダーメイドの枕でぐっすり快眠

ちっちさん(25歳)からの口コミ

頭の曲線を測って高さを調節してもらい、中身の素材も選べる枕をオーダーメイド。自分にぴったりの枕で眠っています。

期間 1週間　予算 約10000円

効果・結果
「よく眠れているせいか目覚めがいい! 体調もよく、肩こりもなくなりました」

口コミ7 仕事帰りの銭湯で心も体もぽかぽかに

クマさん(22歳)からの口コミ

「仕事柄、勤務時間が不規則。最近は仕事帰りに銭湯や温泉にいくのがマイブーム。広い湯船に使ったり、マッサージをしたり、身も心も癒されます」

期間 半年　予算 1500円

効果・結果
「ゆったりリラックスできるので、ぐっすり眠れるように。疲れが残ることもないし、目覚めもよくなりました。あとお肌もキレイになったかも!?」

口コミ8 アイドルのおっかけでアクティブにストレス解消

茉理さん(24歳)からの口コミ

某若手男性アイドルグループが大好きで、友だちと一緒におっかけしまくり。それから、時間があれば海外旅行にも。のんびりしても癒されない性格なので、好きなことを思いきりして、ストレス解消しています!

期間 不定期　予算 考えない(笑)

効果・結果
「大好きなことをしていると、気持ちに余裕が生まれ、いつも笑顔。常に恋しているようなモノなので、いつもハッピーな気分で過ごせてます」

読者代表がチャレンジ

口コミ10 好きな香りで癒されながら眠る前にストレッチ

毎晩眠る前にストレッチをしています。体がリラックスしていると、よりストレッチしやすくなると聞いたのでアロマもプラス。不眠が直り、翌朝の目覚めもよくなりました!
(スヌ子さん・34歳)

読者代表 平川ちひろさんが挑戦!

平川ちひろさん(メーカー勤務・27歳)

指令
就寝前に軽いストレッチをする!

ストレスはほぼないものの(笑)、飲み会が多く、寝る時間が不規則。肩こりがひどい…。

平川さんの就寝前ストレッチ

1 **股関節を動かして柔らかくする**
座ったら足の裏同士をくっつけ、息を吐きながら体を前へ倒す。キツくなったら戻る。

2 **背筋を伸ばして前屈をする**
片足を伸ばし、背筋を伸ばした状態で前屈。これも息を吐きながらやるとスムーズ。

3 **体をひねって肩甲骨を伸ばす**
片足を伸ばした状態で足を組み、息を吐きながら体をひねる。反対側も同じように。

4 **深呼吸をしてリラックス**
最後は座禅のように足を組んで深呼吸。できるだけ背筋を伸ばすのがポイント。

1st day ストレッチって気持ちいい!
4つのストレッチにトライ。腹式呼吸を意識しながらやると、体がより伸びる感じ。心地よい疲れと達成感があり、ぐっすり眠れた。

3rd day アロマオイルを使いながらストレッチを実行!

リラックスできるラベンダーと、お気に入りのサンダルウッドをチョイス。サンダルウッドは朝まで香りが残るので、目覚めも快適♪

5th day 暗くしてするとやりやすい
お風呂上がりに水分をしっかり摂ってから、絶対にムリせず行うのがストレッチのコツ。リラックス系の音楽を聴きながらやるのも◎。

7th day 体も気持ちもすごく落ちつく!
体が温まるし、リラックスしながらストレッチすることで、1日の疲れや悩みごともすっきり。体も気持ちも休まるので、よく眠れる。

1週間チャレンジの感想

体の疲れやストレスをその日のうちに解消できるし、肩こりや目の疲れもちょっぴり解消。週1で習っているヨガとストレッチのおかげで、お肌の調子もよくなって嬉しい♪

小悪魔作家の直伝コントロール術

蝶々の
オヤジを制す者は上司を制す

小悪魔ブームの火付け役である蝶々さんが、
職場にたくさんいる「上司」こと「オヤジ」を
手のひらで上手に転がすテクニックをsteady.読者に伝授！
上司とのコミュニケーションに悩んでいる
お仕事ガールは必見です!!

文／蝶々　イラスト／Nobby

蝶々
作家・エッセイスト

OL兼銀座ホステス時代のブログ『銀座小悪魔日記』が話題をよびデビュー。『小悪魔な女になる方法』が35万部を超える大ベストセラーに。女子アゲ↑小説『原色3人女』、新刊『銀座クラブは女の大学』（ともに小学館）も好評発売中！

女子みたいにガス抜きできないオジサンは、気の毒でもあるの

ステディ.読者のみなさん、こんにちは！今月もお仕事本当におつかれさま～。しかし、本当に日本中・どの業界も大変なことになってるよね～。

就職難の壁に思いきりブチ当たっちゃってる子も、大変なんだろうけれど……男も女も老いも若きも、お仕事シーンで、るんるん浮かれてる人なんて、蝶々姉さんもひとりも見ないわ！

打ち合わせでは、『た、大変ですよね～』ってそれぞれの場所や立場での、苦労話やため息が多いし。都内でたまに電車に乗れば……、〈人身事故という名のおじさんの飛び込み〉で、やたら、電車が止まるじゃないのさ!!〈くぉらあああ、公共の電車、止めるなあーー！〉

――と怒鳴りたいような気もするけれど、いやいや、おじさんって、不器用なのね（涙）。

特に日本男児は、ストレス解消が、ド下手なんだろうね……（この間なんか、山手線に乗り込むなり、手持ちの缶ビール、プシュッと立ち飲みするオヤジまでいたりして……）。

だから、固くなって、怖くなったり臭くなって、しまいにはポキッといっちゃう。

女の子たちみたいに、ステディ.とか読んで、おしゃれしてキャッキャ♪、彼氏や友達にでも『聞いてーぶうぶう！』ってガス抜きして、チラせないの。気の毒っちゃ気の毒よね……。

感受性が発達していないオヤジにまともな意思疎通は無理！

今月の〈無神経オヤジ〉も……まあ、むかつくでしょうけど、いや、何これ？ホント殺しても死ななそうな、いやなオヤジだね（笑）。

こういう感受性の毛細血管が発達してない、ざくざくづくりのオヤジって、そもそも人間のつくりが、ゴキブリみたいに簡易づくりなわけ。

だから、空気も女性心理も読めないし、こちらがまともに怒っても、何がいけないのか永遠に理解できないの。そういう感性や体内器官を持ってないから、もう仕方ないのね。

で、そんな上司が職場や身近な場所にいる、女の子の対応策としては……。

まず、自分の中で、こういうオヤジを、人間とみなさない・カウントしないこと！

つまり、〈無神経な人〉じゃなく……〈限りなく、ゴキブリや虫に近いタイプ〉ととらえるといいんです（あくまで、あなたの心の中でね♥）。

なので当然、言葉も本当には通じないし、まともな意志の疎通も無理。ずっと近くにいれば不快に決まってる。

鉄壁のココロのバリアを張ってまともに受け取らないこと☆

――長年社会人やったり、いろんな世界を見ていくと、みんなも実感すると思うけれど、世の中って、ホント、いろんな人間がいるんですよ～。

同じ日本人でも外国人より会話や感覚の通じない人もいるし、仕事ができる人たち、高性能の人々ほど、虫みたいなわけわかんないオヤジやクレーマーにももちろん慣れてはいるけれど。

（あ、はいはい、あれですね……）という無言の共通認識を持っていて、すみやかに処理したり、それこそ無視して、ただひたすら、やるべきことや大事なものにエネルギーを注ぐんです。

立派な人や表に出ている人ほど、そういうことは公言しないけれど、蝶お約束で基本のルールです、それ。

相談者の方も、若さ×ピュアさゆえ、『話せばわかる！』『なんで、わからないの！サイテー』って熱くなったりつられて激怒しちゃうと思うんだけど（蝶々も新人のころはカッとしてた！）。

もう世の中全体の巻き&変化も早いし、サバイバルにはエネルギーもいるし、若き女子のエネルギーだって、できるだけ無駄ははぶいていきたい時代よ。

だから、失礼な発言も、空気ぶちこわしの行動も……『はいはい、ゴキブリおじさん。来世では人間に上がってきてくださいね……』と鉄壁のココロのバリアを張って、まともに受け取らないことを、おすすめします！

それでは気がすまないというなら、『……そんなひどいこと、生まれて初めて言われましたね。心底びっくりしてます』とクールな顔で呆れてみせ、ピシャッ☆と叩いてみてもいいと思うけれどね。あなたの綺麗な手が、汚れちゃうだけかもしれないけど。

でも、ゴキブリってゴキブリだけに、叩いても叩いても、生き残りはするんだよね～やれやれ。女の子が、綺麗に気分良くお仕事してくのも、大変ですな♥でも、一緒にがんばりましょうね。

【格言】
叩いても生き残る無神経オヤジは、まともに相手をせずココロにバリアを

上司のココがイヤだ！

無神経オヤジ

- 年齢　60歳
- 職種　メーカー
- 地位　課長
- 家族構成　妻、息子2人

相談者
パンジーさん（26歳・入社4年目）

失礼極まりない言動
職場にいる、すごく無神経なオヤジ上司が私の悩みのタネなんです。たとえば「今日は顔がなんか変だぞ。化粧失敗したのか?」みたいなことを言ったり、私の細かい言い間違いをみんなに言いふらして笑ったり、別に言わなくてもいいようなことをずけずけとニヤニヤしながら言ったり……。

部下が落ち込んでいる時にも……
許せない！と思ったのが同僚がミスをして落ち込んでいたとき。部長に呼び出されて凹んでいたのに、直属の上司である課長は慰めるどころか「幽霊みたいな顔して。もう死んじゃいそうだなっ」なんて無神経な言葉をかけて……。

空気が読めず迷惑です
暗黙の了解で社内恋愛してる先輩たちに、いちいち実際はどうなのかと突っ込んだり、私達に聞いてきたり。今日も人の神経を逆撫でするようなことをベラベラベラベラ。その口を閉じろと言ってやりたい！

19page.com

19page.com

教えて!お金のコト

最近、電子マネーを利用する人が増えていますが、その代表といえばSuica(スイカ)。鉄道、バスの乗車券機能がつき、買い物にも利用できるJR東日本の電子マネー。せっかくだから、ポイントを貯めて上手にキャッシュバックを受けちゃいましょう!

文/酒井富士子　イラスト/Nobby

今月の相談者

高柳亜美さん(仮)(24歳・商社勤務)

商社の事務職。給料は手取り22万円。昼休みも丸の内近辺のランチスポットをまわるなど、若干、浪費気味。あと3年で100万円は貯めたいと最近目標を立てたところ。

最近パワースポット巡りで交通費が負担に

2カ月前に彼氏と別れました。以来、会社の同期3人と土日のたびに、男運を高めようと都内のパワースポット巡りをしています。気づくと交通費だけで1万円以上の出費に!! 1人の時間の自分磨き代も重なってこれが結構イタイ!! Suicaを利用してポイントゲット&キャッシュバックを受けるワザがあるって聞いたのですが…。

今月の先生>>>>岩田昭男先生

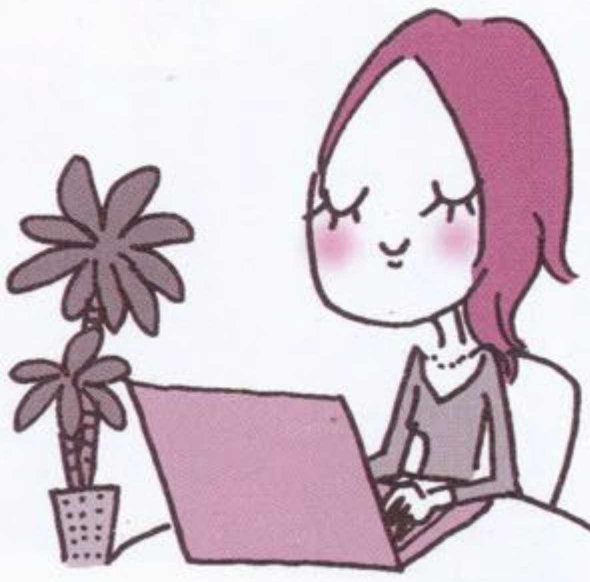
Profile

カード評論家。クレジットカードに対する著書20冊以上。雑誌、テレビでコメンテーターとして出演。消費者の立場にたって上手なカードの使い方を徹底指南している。

Suicaとクレジットカードを組み合わせて ポイントを重ね取り。交通費に還元!

「ステディ. 読者の中にも利用者が多い、Suicaには、実は利用した金額に応じてポイントのつくSuicaポイントクラブというお得なサービスがあります(Suicaポイントクラブには入会手続き等が必要です)。利用金額100円につき1ポイント※がつき、100ポイントで100円のSuicaチャージに交換可能。ポイントをお得にゲットするには、Suicaとクレジットカードが一体化したカード(例:ビュー・スイカカード)を利用するのがおすすめ。一体化していることで、Suicaポイントとクレジットカードのポイント(例ではビューサンクスポイント)を重ね取りすることができ、ポイントを効率的に貯めることが可能。さらに最近は、Yahoo! ポイントやときめきポイントをSuicaチャージに交換できる提携カードも登場。自分に合ったカードを選んで!」

※店舗により異なります。



Suicaポイントの貯め方

Check / A子のSuicaポイント貯めまくり術

A子が利用するのは　Suica(定期券+切符) + ビュー・スイカ(クレジットカード) = ビュー・スイカカード

①現金ではなく、クレジット払いで1万円チャージ(2カ月1回)

改札でオートチャージして、ビューサンクスポイントを60ポイントGET ※JR関係のため通常の3倍

②3カ月通勤定期券3万円をクレジットで購入(3カ月に1回)

定期券販売機で購入して、ビューサンクスポイントを180ポイントGET ※JR関係のため通常の3倍

③携帯電話代1万5000円をクレジットカード引き落とし(毎月)

公共料金引き落としでビューサンクスポイントを30ポイントGET

④紀伊国屋書店で本を4000円まとめ買い(毎月)

チャージしたSuicaで購入するとSuicaポイント提携店なのでSuicaポイント40ポイントGET

1年間の重ね取り獲得ポイント

ビューサンクスポイント

①60×6回=360ポイント
②180×4回=720ポイント
③30×12回=360ポイント
小計A　1440ポイント

Suicaポイント

④40×12回=480ポイント
(10ポイント➡4ビューサンクスポイント)
小計B　192ビューサンクスポイント

A+B合計で1632ビューサンクスポイントに!
400ビューサンクスポイントでSuicaチャージ1000円分に換算できるので…
4000円分のSuicaチャージ!!

タイプ別貯めまくり術　あなたにはどのタイプのSuica付ビューカードがぴったり?

通勤でJR東日本線をメインに使うなら

ビュー・スイカカード

ポイント名	ビューサンクスポイント(ビューカードの場合)
Suicaへの交換レート	400ポイント➡1000円
交換単位	400ポイント以上 400ポイント単位
特徴	1000円利用につき2ポイントのビューサンクスポイントが。定期券、切符購入は3倍に。

ネットでオークションや通販利用なら

Yahoo! JAPANカード Suica

ポイント名	Yahoo!ポイント(Yahoo! JAPANカード Suicaの場合)
Suicaへの交換レート	1000Yahoo! ポイント➡1000円
交換単位	1000ポイント以上 1000ポイント単位
特徴	100円利用につき1ポイントのYahoo! ポイントが。Yahoo! ショッピングならさらにポイントが。

スーパーやコンビニをよく使うなら

イオンSuicaカード

ポイント名	ときめきポイント(イオンSuicaカードの場合)
Suicaへの交換レート	1000ときめきポイント➡1000円
交換単位	1000ポイント以上 1000ポイント単位
特徴	200円利用につき1ポイントのときめきポイントが。毎月5のつく日はジャスコ、ミニストップの利用で2倍に。

「ICOCA(イコカ)」アドバイス

関西住まいなら「ICOCA(イコカ)」を賢く利用

JR東日本エリアで利用できるのがSuicaなのに対し、大阪を中心とするJR西日本エリアで利用できるのがICOCA(イコカ)。切符購入と定期券機能を併せ持つ点はSuicaと同様。お互いの地域で相互利用ができる点も意外と便利なポイントです。ICOCAの特徴は、まず利用可能な提携店が多いこと。駅のキヨスクはもちろんですが、ファミリーマート、ジャスコなど幅広く使えます。Suicaポイントにあたる J-WESTポイントというお得な制度も注目。ポイントを得るためには、「SMART ICOCA」に申し込む必要が。SMART ICOCAにすれば、現金なしで、指定のクレジットカードを利用してチャージができます。自動改札を利用のたびに、200円につき1ポイントが貯まり、3000ポイント単位で3000円にチャージできます。

ICOCAの特徴

- PiTaPa、Suica、TOICA、PASPY提携エリア内の運賃決済、自動券売機、のりこし精算機の支払いができる
- JR西日本駅構内施設のほか、ファミリーマート、ローソン、ジャスコなど、買い物ができる店舗が多い
- 200円につき1ポイントのJ-WESTポイントが貯まり、ICOCAチャージに使える(SMART ICOCAのみ対応)

19page.com

steady.読者のコミュニケーション・スペース

サロン de steady.

美肌紗羅／©L・GP・B

コメンテーター

美肌紗羅
咲の双子の妹。咲が駆け落ちするまで、美肌界の頂点に君臨。華やかで明るい性格。ピアノなど芸術に天才的な才能を発揮する一面も。

祐天寺 咲
美肌の名門・美肌家の長女。運命の人、祐天寺龍哉と出会い、美肌家を捨て駆け落ちの末結婚。どこか世間知らずのお嬢様。

美肌ルミ子
美肌家第十五代当主にして、咲と紗羅の母。2人が美肌界にデビューするまで25年間WBC（ワールド・ビハダ・チャレンジ）で優勝。

OLリーダーズサミット 12月の事件簿

テーマ
最高のサプライズ!? 我が家のサンタ伝説

海外風味の手紙

姉にはローマ字で、私にはひらがなでサンタさんから手紙が来ていました。ローマ字って（笑）。
（友香・金融）

子供なりに気を遣うんです

子供の頃、もらったおもちゃの保証書付き説明書に、ばっちり大手百貨店の地元店舗の名前のハンコが押してあった。「サンタさんも、○○百貨店で買うんだね～」と、親のフォローを子供ながらにしたのを、今でも思い出す。
（結・保険）

パパの小芝居

幼少期、我が家のサンタは風呂場に

来るのが定番でパーティの中盤に父親が「鈴の音がしなかったか？ 母さん⁉」と芝居をし始め、子供達は風呂場へプレゼントを見に行く……というパターンを小学生までやってました！
（由紀・主婦）

パパの小芝居・2

子供の頃、12月24日は必ず姉妹全員で一緒にお風呂に入るように両親に勧められました。お風呂に入っていると、外から「リンリンリン♪」と音がするんです（鳴らしてるのは、サンタのフリをした父親）。お風呂から上がるとベッドの横にプレゼントが♪ そんな可愛いことをしてくれる両親です。
（千尋・販売）

トナカイは道路走れません

家にサンタさんがプレゼントを持って来てくれるサービスがおもちゃ屋さんにあったのだが、子供心に信じて、窓から来るのか見てたら、サンタはチャリで普通に登場した。
（千尋・メーカー）

サンタの正体を知った瞬間

かくれんぼをしていて、押し入れにもぐり込んだら、プレゼントがあり、サンタはいないと思い知らされた。
（友紀・商社）

サンタの正体を知った瞬間・2

小学2年生の時、サンタへのリクエストは「ドンジャラ」というゲーム。早く遊びたくてしょうがなかった父は眠る前に出してきてゲームを始めた。サンタはいないと知りました。
（奈津子・教育）

親心

小さい頃から「サンタがいると思ってる馬鹿なコにはなるな！」と言われ、おもちゃ屋で「好きな物持ってこ～い」と解き放たれてプレゼントを買ってもらってました。今思うと、サンタに手柄を取られたくなかった父心を感じます……。
（真里・事務）

親心・2

毎年枕もとにサンタさんからのクリスマスプレゼントとして私の欲しいものが置かれていたが、ある年から電子

辞書だったり、参考書だったり、勉強に関するものが。勉強しろという圧力を感じました。
（夏美・IT）

パパの涙ぐましい努力

サンタさんにお手紙を書いて寝たら、朝起きたらお返事が来ていた。ずいぶん字の汚いサンタさんだと思ったら、父が左手で書いたものだった。
（知美・メーカー）

夢から覚めました

小学生の頃、「サンタさんなんていないんだ」って言ったら、父が「何言ってるの⁉ いるよ」と言ってくれた。再びサンタさんを信じるようになったが、ある年、枕元に置いてあったプレゼントがダイエーの包装紙だった時、やっぱりいないと確信しました（涙）。
（麻衣子・学生）

「美肌一族」DVD-BOX 発売中!

©L・GP・B

美肌一族とは／世界30億人の女性の憧れ「美肌世界大会（WBC）に300年間勝ち続けている伝説の一族。当サロンの名誉コメンテーターとして双子の姉妹・紗羅と咲、そして母ルミ子が登場してくれることとなりました。現在、携帯サイト・girls walker.comでストーリー小説を掲載中。

美肌紗羅の怒涛の半生を描いたアニメ「美肌一族」。DVD-BOX初回限定版には中村優一（D-BOYS）さん、狩野英孝さんのアフレコ&インタビュー映像を収録した特典ディスクやわがままbodyスポンジが付いてくる! 詳しくはwww.bihada.tvをチェックしてね。

steady. 大喜利選手権

今月のお題
期待ハズレの合コン

金賞
会場に集合したら、相手は全員女子！幹事の手違い……
（麻衣子・学生）
㊀ 知らない女子と飲むのも意外と楽しそう

銀賞
大手企業社員と聞いていたら、実は子会社
（佑香・金融）
㊀ 見栄を張られた分、ガッカリ感も大

銅賞
遠洋漁業の漁師さん恋愛に発展する前に船出3カ月は帰ってこない
（真由美・メーカー）
㊀ 究極の遠距離恋愛

男性幹事の母経営のパブで合コン隣では自治会の会合が…
（まどか・メーカー）
㊀ 母の目も自治会の目も気になる

男性メンバーがマラソン好き二次会会場までジョギング
（真奈美・医療関連）
㊀ ヒールの女子はつらい！

憧レディのお仕事拝見!

steady.は働く女のコたちを応援します!
お仕事に自信を持って頑張ってる
女のコって素敵ですよね☆

撮影／関戸聡子

目指すは…
人を大切にできる女性

今月の憧レディは…
飯村 江梨子さん（31歳）
常盤薬品工業株式会社　商品企画部　デザイナー

美大卒業後、株式会社サナにデザイナーとして入社。その後、サナと常盤薬品が合併し現職。舞妓はんシリーズやなめらか本舗シリーズなどをはじめ、これまでに多数の人気商品のデザインを手がける。

パッケージデザインの奥深さと難しさが好き

化粧品のパッケージデザインに興味を持ったのは中学2、3年生頃。美大に行こうと決めたのは高校2年生の時で、就職活動も化粧品の会社しか受けてないんです。化粧品のパッケージの、立体と平面の色々な素材を駆使して、プロダクトをデザインしていくという過程が面白くて。その気持ちは今も変わらないです。

新卒でサナに入社、当時は厳しく指導していただきましたが、今思えばとてもありがたいですね。それまで学校等で作品としてひとりで作りこんできたものと、商品として、人に伝えながらみんなで作りあげていくという作業の違いに、最初の1、2年はすごく戸惑いました。3年目になるころ、はじめてひとりでデザインしたのが『舞妓はんのおしろい』です。これは当時珍しかった和風のコスメで、極力商品名のインパクトを損なわずに、舞妓さんらしさを表現するということをテーマにデザインしました。実際に本物の舞妓さんのお座敷を見学させてもらったり、話を伺ったりしてイメージを広げて、容器や外箱で舞妓さんの世界が垣間見えるようにしました。漆のような紅の色を出すのに苦労したのも思い出ですね。商品の人気も高く、自分の中でいい意味で転機となりました。何秒かのすれ違いではなく、モノとして人の生活に入り込んでいくものをデザインしている。これからもその意識を持って、存在感のある商品を作っていきたいですね。

1日のスケジュール

08:30　出勤
毎朝8:50分に部のミーティングがあるので、20分前には出社。1日の流れを部で共有。

09:00　当番の仕事をする
週替わりの当番の仕事をチームで10分間行う。今週はフロアの清掃担当でした。

10:00　プランナーと打ち合わせ
ブランドのコンセプトをもとに、アイテムの機能性やデザインイメージについて話し合う。

11:00　パッケージの原稿の校正
パッケージの文章は、間違いがないようにグループのみんなで回し読みをしてチェック。

13:00　デザイン作成・作業
ランチから戻ったら、午後はPCでデザイン作成。途中印刷会社などの来客がある時も。

17:30　デザインプレゼンの事前打ち合わせ
社内用プレゼン前に、部のチーフと打ち合わせを。修正を加えたりして20時頃退社。

退社時間は平均して19時半や20時頃。新商品が多く発売される季節の変わり目などは終電が続くこともあるそうです。

お仕事風景

➡商品パッケージのデザインをするのが飯村さんのお仕事です。年間約6アイテムほどを製作しています。

⬅新しくなったオフィスには、ショップを模して全商品が並んだコーナーが！ 実際の陳列をイメージできます。

お仕事グッズ見せて!

1 コスメポーチ　2 ヴィアバスストップで買ったヘアゴム　3 ポーチとおそろいのハンカチ　4 先輩に頂いたキュートな扇子♥　5 小銭入れはお昼ご飯用　6 名刺入れ　7 南天のど飴のサンプルは電車で咳き込む人にそっと手渡したりも（笑）　8 新商品『うるおい大使』　9 お財布　10 デジカメは試作品を撮影したりと大活躍　11 お気に入りのネタ帳とスケジュール帳はともにモレスキン

大募集

当サロンではこんなテーマを募集しています。
ご応募お待ちしております。

あなたのマイブーム
ビューティ、ファッション私のご自慢グッズ

宛先

MAIL
st@takarajimasha.co.jp

FAX
☎03-3239-4152

郵便
〒102-8388
東京都千代田区一番町25番地
宝島社steady.編集部
「サロン」係

注意事項
※ 住所、氏名（ペンネーム）、電話番号などもお忘れなく。
※ メールでの投稿の際には、文字化け防止のため絵文字はご使用にならないようお願い致します。
※ 応募されました内容は一定期間保存した後、破棄致します。
※ お送りいただいた個人情報は、本目的以外に使用することはございません。
※ steady.特派員応募希望の方は、全身、顔の2枚の写真を添付の上、P.161の応募用紙を送ってください。

次号のsteady.は12月7日発売です

steady.特派員の12月の報告

今月も全国の特派員がビューティ班とファッション班に分かれて最新トレンドネタをレポート! これを読めば、口コミならではのリアルな流行がわかっちゃいます☆

最近買ったもの見せて!

特派員 愛知県
名波恵理さん／航空関連内定

最近スクラップブックにハマってます！旅行後はオリジナルアルバムを作成。楽しいです！

珍しいエコ加湿器！ 湿度管理のためにピアノの中にも使われているという特殊な厚紙のようなものでできていて、容器に水を注いでおくと、スピードを調節しながら蒸発してくれるという仕組み。3,150円でした。

特派員 大分県
高梨美智さん／メーカー勤務

趣味はスポーツ。休日はサッカー観戦をしたり、最近はボルダリングにも挑戦しました！

最近かわいいポーチに目がなくて、立て続けに2つ買ってしまいました。左はsteady.の付録でかわいいなって思って買ったアニエスベーのロゴ柄ポーチ♥ 右はハワイで買ったレスポのハワイ50周年記念ポーチです!

ファッション班

ヘアアレンジ大好き! 休日は色々試してます☆

特派員 大阪府
斉藤美紀子さん／広告代理店勤務

このヘアは難しそうに見えて実はとても簡単。頭のてっぺんから左右ともに耳の辺りまで編み込み。残りは三つ編みをして後ろの下の方でゴムで結ぶ。逆毛を立てて、お気に入りのシュシュでふんわりまとめて出来上がりです！ ぜひお試しを。

ビューティ班

冬の乾燥にも負けない、保湿バッチリのコスメ

特派員 東京都
本田陽子さん／金融関連勤務

乾燥の気になるこの季節にはトリニティーというブランドに切り替えます。ナノの力でうるおいが角質層の下まで届くみたいで、確かに翌朝のもちもち感がすごい。左が夜に使う化粧水で、右が朝に使うUVです。私は通販で買ってます♪

今月のAorB → 習い事してる??

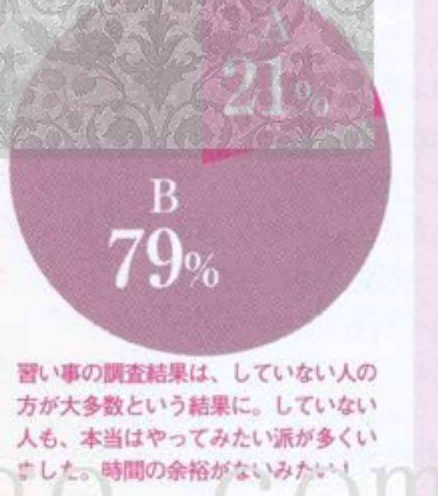
— お題 —　A.はい／B.いいえ

A派の意見

「バドミントンを習っている時、今の主人と出会った」（主婦）、「お箏を習っているため、ネイルカラーができない」（学生）、「料理教室。以前は卵焼きしかできなかったが、最近は友達にふるまえる腕前に」（医療関連）、「ジャズダンスを習い始めた当初、腰が引けてる自分が子泣きじじいに見えた（笑）」（学生）、「ジムに通ってる」（金融）

B派の意見

「お金と時間に余裕がない」（販売）、「NOVAに通っていたが、教室がダメになった」（専門職）、「定時であがれる仕事に転職したら、昔習っていた書道をやりたい」（求職中）、「子供の頃、習い事をやらされたので、今は自由がいい」（主婦）、「続かない、1回行けないと、次も休んでしまう」（専門職）、「ボイトレかゴスペルを習いたい」（事務）



習い事の調査結果は、していない人の方が大多数という結果に。していない人も、本当はやってみたい派が多くいました。時間の余裕がないみたい！

19page.com

月のイチオシ!

steady.スタッフが本気のイチオシを紹介しちゃいます♥

今月はおすすめアウター編

¥24,150/メルローズ
掲載はP.36

谷内瞳さん

ノーカラーのコートは付け衿などで顔の印象が変えられ、着回しやすいオススメアイテムです。P.36の着回し極意も参考にしてね。

¥12,600/ヴェールダンス
掲載はP.71

為井真野さん

1着あると便利なミリタリーコート。ライナーもついていて防寒もバッチリ。しかも見た目は細身というのが嬉しいポイント。

●お問い合わせ方法

1. 欲しい商品のメーカー名をご確認ください〈品名¥0,000/ブランド名(メーカー名)の場合は()内の名前〉。
2. メーカー名を下のリストから検索し、電話番号をチェックしてください。
3. 「steady.12月号○ページの商品について伺います」と電話し、近くのお店を教えてもらいましょう。サイズ、色等も忘れずに確認。
4. 近くにショップがない場合は通販があるか確認の上ご購入ください。

ビュー・ド・フィオレ バイ レッセ・パッセ ……☎03-5790-7207
ルフォニックス 渋谷 ……☎03-3477-5949
急ハンズ渋谷店 ……☎03-5489-5111
ウシシャ ……☎03-3474-6803
ゥモローランド ……☎03-5456-4630
盤薬品工業株式会社 ……0120-081-937
クターシーラボ ……0120-371-217
ピックラックス新宿店 ……☎03-3349-5648
ラスティック ……☎03-5773-1060
ランテアン ソン ドゥ モード ……0120-311903
リンプ・インターナショナル・ジャパン ……0120-104-256

ナ

イン 青山 ……☎03-6427-9991
チュラルクチュール ……☎03-6418-4648
チュラルビューティーベーシック ……☎03-5467-1857
ッセン ……0120-20-2000
ジェス ……0800-300-3315
ーリーズ銀座本店 ……☎03-3564-1781
ーリーズコレットモザイク銀座阪急店 ……☎03-3575-2042
ーリーズソフィー日本橋店 ……☎03-3516-0151
ンサンス代官山店 ……03-3462-5430
ンサンス ラフィネ 新丸ビル店 ……☎03-3211-5355

ハ

イオレットハンガー マルイシティ渋谷店 ☎03-3462-1855
ウス オブ ローゼ ……0120-126860
サージュ ミニョン ……☎03-5117-2711
ッシュアッシュ ……☎03-5117-2711
ナソニックお客様ご相談センター ……0120-878-365
ーバー研究所 ……0120-12-8800
ビロン(トリニティー) ……☎03-6826-7001
ルグループ ……☎03-3440-1316
ルコニー 代官山店 ……☎03-5456-5005
ルファム ジバンシイ ……☎03-3264-3941
ルファン・クリスチャン・ディオール ……☎03-3239-0618
ーアンエンジェル ……☎03-5117-2711
ー・エックス(ディグレース) ……☎03-5469-6420
ーチ・ジョン ……0120-066-107
バ・サーカス プライヴ リラクシング(モード・エ・ジャコモプレスルーム) ……☎03-3470-6512
バ・サーカス(モード・エ・ジャコモプレスルーム) ……☎03-5464-1775
弥呼 ……☎03-3486-7671
ームス銀座 ……☎03-3567-2291
ームス ジャパン3F ……☎03-5368-7303
ームス ジャパン2F ……☎03-5368-7302
ームス新宿 ……☎03-5369-2140
ームス タイム ……☎03-3780-5501
ームス ボーイ渋谷 ……☎03-5458-4129
ンカール ……0120-282-337
ンク アドベ ……☎03-5117-2711
ァイブフォックス カスタマーサービス ……0120-114-563
ァウンドフレス恵比寿 ……☎03-5475-8452
ァンケル ……0120-750-210
ィン ……☎03-5790-6862
ォッシルジャパン ……☎03-5950-9453
ォリフォリジャパン ……☎03-3478-0681

福助 ……☎03-6418-1411
ブティック トレイズ ……☎03-3406-1250
♥ブラウニー ビー ……☎03-5456-9152
プラザ(プラザスタイル お客様相談室) ……☎03-5413-8700
プラス ヴァンドーム 池袋西武本店 ……☎03-3986-6968
♥プーラフリーム(ジュンカスタマーセンター) ……0120-298-133
♥フランドル(イネド、ヴィニー、エフデ、エロディ ネルソン、クリア インプレッション、セブンアイディーコンセプト、ルアコンシャス、ル スーク) ……0120-290-370
フリーズ ショップ 渋谷店 ……☎03-3409-0512
フリーズ マート 自由が丘店 ……☎03-3723-4551
♥ブルーカルト・ジャパン ……☎03-5459-1710
プールサイド渋谷109店 ……☎03-3477-5187
ブルジョワ株式会社 ……0120-791-017
プレシュウ・ジュエ 表参道店 ……☎03-3479-2717
プレスルーム ……☎03-3449-1192
フレディ&グロスター渋谷店 ……☎03-3496-5747
フレディ 銀座店 ……☎03-3564-1783
フレームワーク BC SALON 渋谷店 ……☎03-6418-0063
♥プロポーションボディドレッシング ……☎03-5467-9621
ブロンディ 渋谷店 ……☎03-5464-2792
ブロンドール 新丸ビル店 ……☎03-3287-1230
ベルシオラ ……0800-300-3336
ヘレナ ルビンスタイン ……☎03-6911-8287
♥ポイント(アンダーカレント、アパートバイローリーズ、グローバルワーク、ジーナシス、ヘザー、レプシィムローリーズファーム、ローリーズファーム) ……0120-601-162
ボーテ ド コーセー ……☎03-3273-1940
ボビイ ブラウン ……☎03-5251-3485
ボブソン ……☎086-292-0213
ポール&ジョー ボーテ ……0120-766-996
ボワン ド ミニョン アトレ恵比寿店 ……☎03-3447-8761
ボンテヴェキオ 銀座並木通り本店 ……☎03-3575-0018

マ

マークス ……☎03-5779-7550
M・A・C(メイクアップ アート コスメティックス) ……☎03-5251-3541
マックス ファクター ……☎0120-021-325
マードゥレクス(エクスボーテ) ……0120-36-1428
マリークヮント コスメチックス ジャパン ……0120-53-9810
マルイプレスルーム ……☎03-3476-8000
ミズキ ……0800-300-3033
ミスティック 原宿店 ……☎03-5774-8116
♥ミッシュ マッシュ ……0120-298-707
ミニマム ……☎03-5117-2711
ミニョン ルミネ大宮店 ……☎048-647-5888
ミュージアム フォー シップス ……☎03-3496-0481
メイベリン ニューヨーク お客様相談室 ……☎03-6911-8585
メゾン ルージュ ……☎03-5117-2711
♥メルローズ ……☎03-3464-3310
♥メルローズ クレール ……☎03-3464-3336
♥モード・エ・ジャコモ(プレスルーム) ……☎03-5464-1775

ヤ

ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 品川店 ……☎03-5791-5325
ユナイテッドアローズ グリーンレーベル リラクシング 丸の内店 ……☎03-5220-7577
ユニクロ ……0120-090-296
♥ユニック パー ヴェールダンス ……☎03-5467-4641

ラ

♥ライフ ドルチェ ラボ プランタン銀座 ……☎03-6383-2717
ラ・グラン アクアガール青山 ……☎03-5414-1260
ラッシュジャパン ……0120-125-204
ランコム ……☎03-6911-8151
リサージ ……0120-417-134
♥リトルニューヨーク明治通り店 ……☎03-5774-1769
ルゥ デ ルゥ ……0120-344-121
♥ルージュ・ヴィフ ラクレ代官山店 ……☎03-5428-0104
ルック(ポール&ジョー シスター) ……☎03-3794-9146
ル ドーム イエナ丸の内店 ……☎03-6212-2465
ルビーリベット 有楽町 ……☎03-6738-3800
レイ ビームス代官山 ……☎03-5428-5953
レ・シィーニュ・エチカ 表参道店 ……☎03-3401-1440
♥レスト ローズ ……☎03-5456-1281
♥レッセ・パッセ ……☎03-5790-7203
♥レナウン ……☎03-5496-8507
レブロン株式会社 消費者サービス ……0120-803-117
ロクシタン ジャポン カスタマーサービス ……☎03-3234-6940
♥ロディスポット ……0120-298-707
ロート製薬 ……☎06-6758-1272
♥ロペ(ジュンカスタマーセンター) ……0120-298-133
♥ロペピクニック(ジュンカスタマーセンター) 0120-298-133
♥ロペピクニックパサージュ(ジュンカスタマーセンター) ……0120-298-133
ローラ メルシエ ……☎03-5467-9550

ワ

ワグ インク ……☎03-5791-1501
♥ワコール お客様センター ……0120-307-056
ワシントン ルミネエスト新宿店 ……☎03-3352-1621
ワールド インフォメーション ……☎03-5117-2711
♥ワンアフターアナザー ナイスクラップ ……☎03-6418-4640

携帯・パソコンで掲載商品をショッピング!

♥印のブランドやショップの今月掲載商品についての情報(取り扱いショップ、サイズなど)がiモード、Yahoo!ケータイ、ez webからファッションサイト「マガシーク」で検索できます。一部の商品は、購入

■iモードからの
http://imode.m
■Yahoo!ケータ
http://v.magas
■ez webからの
http://au.maga
■パソコンからのアクセス
http://www.magaseek.com

※携帯電話には、一部対応外の機種があります。
お問合せ先:info@magaseek.com
受付時間:平日9:30〜17:00
運営:マガシーク株式会社 magaseek

19page.com

Shop List

steady.2009.Dec

今月の協力先リスト

本誌掲載商品の価格はすべて消費税を含む総額で表示してあります。掲載商品につきましては、右ページのお問い合わせ方法をご確認ください。

ア

アイジーエー ☎03-5524-3635
アイフリーク ☎0570-064-085
アヴェダ お客様相談室 ☎03-5251-3541
アーカー 表参道ヒルズ店 ☎03-5785-0790
アーカー 神南本店 ☎03-3463-0222
アガタ パリ伊勢丹新宿店 ☎03-5919-3580
アガット 0800-300-3314
アクアガール新宿 ☎03-5908-4718
アクアガール代官山 ☎03-5489-3492
アクセーヌ 0120-120783
アゴスト ショップ ラフォーレ原宿店 ☎03-3796-5581
アスース コールセンター 0800-123-2787
♥アース ミュージック＆エコロジー新宿 ☎03-3349-5676
♥アース ミュージック＆エコロジー スーパープレミアム ストア 六本木ヒルズ店 ☎03-5770-5050
アツギ ☎046-235-2450
♥アナイ ☎03-5739-3032
アナ スイ 伊勢丹新宿店 ☎03-3351-3521
アナ スイ コスメティックス 0120-735-559
アナトリエ 神南店 ☎03-3770-4315
アニエスベー ☎03-6229-5850
♥アババハウスインターナショナル ☎03-5456-8898
♥アーバンリサーチ シブヤ ☎03-5468-6565
アフタヌーンティー・リビング 0800-300-3312
アモーレパシフィック 0120-570-057
アユーラ ラボラトリーズ 0120-090-030
アルアバイル ☎03-5739-3423
RMK Division 0120-988-271
♥RD ルージュ ディアマン ☎03-3794-5211
アルビオン 0120-114-225
アンシェヌマン ルミネ横浜店 ☎045-441-1484
アンタイトル ☎03-5117-2711
アンテプリマ 新宿高島屋店 ☎03-5361-1474
アンビデックス（パーリッシィ） ☎03-5790-8621
アンビデックス（ルラシェ） ☎03-3481-8126
アン プティ クール バイ コンシェルジュ ☎03-6905-8027
♥アンラシーネ（キャビンカスタマーセンター） 0120-684-753
アンレリッシュ 0120-298-707
イエナ 心斎橋店 ☎06-6282-8019
イーエービー（キャビンカスタマーセンター） 0120-684-753
イグニス 0120-664-227
伊勢丹新宿店 ☎03-3352-1111㈹
♥イーハイフンワールドギャラリー 原宿 ☎03-3746-0833
イプサお客様窓口 0120-523-543
イマージュお客様デスク 0120-988-088
イミュ 0120-371-367
イラン イラン青山店 ☎03-5468-6112
インターナショナルギャラリー ビームス ☎03-3470-3925
インディヴィ ☎03-5117-2711
インデックス（アフターオール、エスピービー、エプローヴ） ☎03-5117-2711
ヴァンドーム青山 伊勢丹新宿店 ☎03-3350-4314
ヴァンドームヤマダ ☎03-3470-4061
♥ヴィヴィカ スタイル ☎03-5689-0717
♥VIS（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133
ヴィレッジヴァンガード 下北沢店 ☎03-3460-6145
♥ヴェールダンス ☎03-5467-4641
ヴェノム ☎03-5728-4765
ヴェレダ・ジャパン 0120-070601
♥HbG ☎03-5467-2995
エクサボディ受付センター 0120-288-096
エスティ ローダー ☎03-5251-3386
エテ ☎03-5728-4765
エテュセ 0120-074-316
エヌディーシー ジャパン ☎03-5457-1286
エフ・ディ・シィ・プロダクツ ☎03-5719-3266
エリット ☎03-3861-7958
エルディープライム 0120-331-381
大塚製薬（インナーシグナル）お客様相談窓口 ☎03-3293-3212
オゾック ☎03-5117-2711
オドゥール・ド・オフェリア（モード・エ・ジャコモプレスルーム） ☎03-5464-1775
オフ ザ ウォール ☎03-5117-2711
オペーク ギンザ ☎03-5250-1184
オリジンズ ☎03-5251-3550
"オルタナティブバージョン" ダブルアール 渋谷 ☎03-5459-0427
オルビス 0120-050-050
♥オンワード樫山 お客様相談室（エニィ スィス バイ クミキョク スィス、エニィ スィス プラン、組曲、ディップドロップス、ディップドロップスデプト、フェルゥ） ☎03-5476-5811

カ

花王 消費者相談室 ☎03-5630-5210
花王ソフィーナ ☎03-5630-5040
カネボウ化粧品 0120-518-520
ギャップインターナショナル ☎03-3499-0077
♥ギャミヌリィ（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-133
キャン お客様相談室 0120-112-961
キャンディッシュ（GOVリテイリング） 0120-310-102
ギルド ジャコモ ギャラリー オン ザ ウェーブ（モード・エ・ジャコモプレスルーム） ☎03-5464-1775
銀座かねまつ6丁目本店 ☎03-3573-0077
♥クイーポ ☎03-3268-9111
クオバディス・ジャパン ☎03-3411-7122
グースィー 渋谷パルコ ☎03-3477-5799
♥靴下屋（タビオ） ☎03-3462-2020
グラスウォーターたまプラーザ店 ☎045-905-0714
クリニーク ラボラトリーズ ☎03-5251-3541
クロエ インフォメーションデスク ☎03-4335-1750
グンゼ株式会社お客様相談室 0120-167874
ケイト・スペード ニューヨーク ☎03-5467-1932
ケサランパサラン 0120-187178
KBF ラフォーレ原宿店 ☎03-5771-6538
ゲラン 0120-140-677
コキュ ☎03-5117-2711
ココ ディール ☎03-3794-6800
コーセー ☎03-3273-1675
コーセーコスメニエンス ☎03-3273-1538
コーセーコスメポート ☎03-3553-7752
コーチ・カスタマーサービス・ジャパン 0120-556-936
小林薬品工業 お客様相談室 ☎058-278-3933

サ

サザビー 0800-300-3301
♥ザジ（キャビンカスタマーセンター） 0120-684-753
ザ・スーツカンパニー新宿東口店 ☎03-3354-2618
♥サック プレスルーム ☎03-3478-0667
ザナドゥ ☎03-6459-2826
ザ・ボディショップ ☎03-5215-6160
サマンサシルヴァ 有楽町マルイ店 ☎03-6738-3722
サマンサタバサ 新宿GATES店 ☎03-6457-7887
サマンサタバサデラックス 表参道GATES店 ☎03-5774-0666
サマンサティアラ 新宿高島屋店 ☎03-5379-7388
サマンサベガセレブリティ 新宿ミロード店 ☎03-3349-5742
サマンサベガ プランタン銀座店 ☎03-5159-6381
サロン デュ ラ トリニーテ（トリニティー） ☎03-6826-7001
サンエックス株式会社 ☎03-3256-7
サン・フレイム ☎03-3845-3
♥SANYO SHOKAI C.R.室 0120-340-
ジ・エンポリアム ☎03-5117-2
ジオン商事 ☎03-5792-8
CCBパリ "クラブ・クレアター・ボーテ" 0120-727-
資生堂 0120-81-4
シチズン・システムズ株式会社 お客様相談室 0120-88-6
シップス ジェットブルー 原宿店 ☎03-5414-5
シップス 有楽町店 ☎03-5252-7
ジネス ルミネ立川店 ☎042-521-7
渋谷ロフト ☎03-3462-3
♥ジャイロ（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-
♥ジャイロホワイト（ジュンカスタマーセンター） 0120-298-
ジャコモ・リュクス（モード・エ・ジャコモプレスルーム） ☎03-5464-1
ジャーナルスタンダード 渋谷店 ☎03-5457-0
シャネル カスタマー・ケア・センター 0120-525-
シャンデリエ渋谷 ☎03-5456-8
シャンデリエ新宿 ☎03-5321-9
シャンデリエ代官山 ☎03-3461-0
シュウ ウエムラ ☎03-6911-8
g.u.カスタマーセンター 0120-856-
ジュジュ ☎078-393-8
17℃ バイ ブロンドール ルミネ北千住店 ☎03-6806-2
♥シュガー・マトリックス ☎03-3791-8
♥シューバー渋谷店 ☎03-3462-4
♥ジョイアス ☎03-6438-0
ジル スチュアート ☎03-5467-1
ジルスチュアート ビューティ ☎03-3273-1
♥ジル バイ ジルスチュアート ☎03-5467-9
スウォッチ グループ ジャパン ck ウォッチ事業部 ☎03-6254-7
スタージュエリー新宿高島屋店 ☎03-5361-1
スック 0120-988-
ストラ ☎03-3794-0
スピック＆スパン アクセソワーズ ディアモール店 ☎06-6348-4
スピック＆スパン アクセソワーズ BC SALON 渋谷店 ☎03-6418-0
スピック＆スパン ノーブル 六本木ヒルズ店 ☎03-6438-1
スピック＆スパン BC SALON 渋谷店 ☎03-5457-0
セイコーインスツル ウオッチお客様相談室 0120-181-
セイコーウオッチ お客様相談室 0120-061-
ソニア リキエル 0120-074-

タ

ダイアナ 銀座本店 ☎03-3573-4
第一三共ヘルスケア株式会社お客様相談室 ☎03-6667-3
♥タビオ ☎03-3462-2
チャオパニック原宿店 ☎03-5774-7
チュチュアンナ ☎03-5775-5
デア ディア 渋谷店 ☎03-5458-8
♥ディア フルーラ 0120-298-
♥ディアラ＆ガブリエル ☎03-5422-9
ティアラ（メルローズ） ☎03-3464-3
♥ディシャス ☎03-5457-7
T.スクエア ☎03-5413-0
ディズニーストア渋谷公園通り店 ☎03-3461-3
ティファニー・アンド・カンパニー・ジャパン・インク 0120-488-

steady.誌面作りに参加してみませんか？

おしゃれ特派員募集します！

steady.特派員のメンバーをさらに募集中です！ steady.にかかわるいろんな事をお願いしたいです。左のシートに記入して今すぐ応募してください！ 編集部一同お待ちしています。

Request 1 トレンド発信をあなたから!!

steady.では読者の方のリアルな情報に迫りたいと思っています！ ファッションに興味のある方、ビューティに興味のある方、steady.を通して、おしゃれを発信していきませんか？ あなたの周りで流行っているもの、これはオススメだというものをおしえてください。

大好きなキャラ特集では、お気に入りのスヌーピーグッズを見せちゃいました！

大塚香りさん

愛用のポール&ジョーのポーチと化粧品を公開！ アイメイクのテクもご紹介しました！

平川ちひろさん

Request 2 読者モデルとして誌面に登場！

steady.では大人気企画の「バッグの中身特集」など、読者のみなさんに登場していただくページがたくさんあります！ その他ファッション、ヘアスタイル、インテリアなど、読者の取材ページはいっぱい！ 撮影スケジュールはもちろんお仕事のご都合を最優先します。

人気読者モデル宇野泰子さんや高沢奈苗さんも応募してきてくれたんです。届いた特派員シートを見て、編集部一同「可愛い!」と大騒ぎでした！

高沢奈苗さん

宇野泰子さん

Request 3 OLのリアルを教えて下さい！

steady.では、座談会に出てくれる方、FAXやメールでの取材をさせてくれる方、身近な流行などのネタをメールしてくださる方、大募集です！ OLさんの生の声を誌面に反映させたいと思っていますので、あなたも企画に協力してください！

〈右〉スタイリストさんにコーディネイトのアドバイスをもらうチャンスも！ 〈左〉編集部に集まって使える服を検証中です★

Request 4 ライターとして原稿を書いてみませんか？

steady.では、OLの気持ちや本音が分かる方に原稿を書いてもらいたいと思っています。ファッション、コスメ、ウワサ話etc.何でもお願いしたいです。もちろん未経験の方も大歓迎。ブログの更新ぐらいの気軽な気持ちで、お仕事の片手間にsteady.の原稿を書きませんか？

藤田麻子さん（ファッションライター）

文章を書くのが好きな人、ファッションが好きな人は、やってみるのをオススメします！

Request 5 地方の方も地元ネタを提供して下さい！

steady.は地方の特集にも取り組んで行きたいと思っています。遠方にお住まいで、東京の編集部まではなかなか来れないという方も、メールや電話で取材させていただいたり、ご自身のデジカメで撮影した写真をメールで送っていただいたり。遠くてもsteady.作りに是非参加してくださいね！

Request 6 可愛いお友達を推薦して下さい！

あなたの周りに、steady.に出てほしい可愛くておしゃれなお友達がいたら、推薦してください！ 会社の同僚や学生時代のお友達の可愛いコ、いませんか？ お友達が誌面に掲載されたら、お礼として推薦者の方にも人気コスメをプレゼントいたします！

宛先

〒102-8388
東京都千代田区一番町25番地
(株)宝島社　steady. 編集部「特派員募集係」

応募方法

左ページの応募シートに写真2枚（全身・アップ各1枚）を貼り、必要事項すべてを記入して下記の宛先に送って下さい。シートを封筒に入れ（折り畳み可）、切手を貼ってご応募くださるようお願い致します。その他自己PRできる資料がある方は、それも同封いただいてもかまいません。たくさんの方からの応募をお待ちしています！

個人情報の取り扱いについて

お送り頂いた応募シート・写真等は、steady.特派員募集のためのみに用い、第三者に流出させることはございません。

19page.com

steady. 特派員応募シート

記入日　　年　　月　　日

他薦の場合

推薦者のお名前	携帯電話番号
	(　　)　　－

写真（アップ）
正面から顔がわかるように
撮影して下さい。

写真（全身）
お気に入りのコーディネイトで
撮影して下さい。

フリガナ	メールアドレス
名前	PC：　　@
	携帯：　　@

住所 〒(　　—　　)　都道府県		電話番号 (　　)　　－
	勤務地	携帯電話 (　　)　　－
企業名または業種（例：宝島社／出版社）	職種（例：広告営業）	FAX (　　)　　－

生年月日	血液型	最終学歴	身長・体重 ※読者モデル希望の方
年　月　日生　歳	型		cm　kg

よく買い物をするショップ・ブランド・駅ビル

彼氏はいますか？　☐ いる　☐ いない

いる方は付き合っている年数、彼の年齢・ご職業も教えて下さい。

年間　　歳　職業：

steady.のスナップに出るとしたらどんなコーディネイトをしますか？

トップス：　　ボトムス：

バッグ：　　靴：

その他：

あなたが「誰にも負けない！」と思うジャンルは何ですか？
（ファッション、美容、フード、インテリア、エンタメetc.）
それについて詳しくお書き下さい。

steady.でどんな特集をやって欲しいですか？

希望項目にチェックして下さい
※複数チェックOK

☐ 読者モデルとしてsteady.に出たい　☐ ライターとして原稿を書きたい
☐ ファッションの流行や自分の街のおしゃれスポットなど、身近なネタを提供したい

キリトリ線

連載 第36回

人生相談

みうらじゅんと愉快なお友達の人生対談

みうらじゅく！

みうら塾長がプロデュースする、お悩み相談室『みうらじゅく』へようこそ！毎号塾長の交友関係の中から、悩みに的確なアドバイスをしてくれる講師を選任。担当講師は3カ月授業を受け持ち、悩める読者を導きます！

撮影／森崎一寿美（PPI）

11～1月号担当講師
しりあがり寿先生
担当分野：パーソナリティ

新刊絵本『おそばおばけ』発売中！ 詩人、谷川俊太郎のリズミカルな文章とともに、あかちゃんからたのしめる絵本です。
■『おそばおばけ』谷川俊太郎(著)、しりあがり寿(イラスト) 1,260円／クレヨンハウス

みうらじゅん塾長

11/14(土)池袋・新文芸座にて、MJセレクトによる怪獣映画をラインナップした「第一回みうらじゅん映画祭」が開催！ 樋口真嗣監督、佐野史郎さん、そしてみうらさんによるトークショーも併せておこなわれます☆ 「第一回みうらじゅん映画祭 怪獣映画大会」11/14（土）23:00スタート 翌4:30終了予定 料金2,800円・全席指定 ※プレゼント抽選会の予定ありチケットは新文芸座窓口、チケットぴあ（Pコード：597-069）にて発売中です。

今月の相談 意識しすぎて、飲み会でうまく立ち回れない

現在彼氏なし。そろそろ欲しいと思うのですが、どうも異性のいる飲み会が苦手です。会話が受身になりがちで、男のコから話をふって欲しいと思いますが、男のコに第一印象でかまってもらえるビジュアルではありません。しかも、注文を取ったり料理を取り分けたりしたら、周囲に媚びていると思われそうなので、そういうこともあまりしたくありません。でも「気がきかない」と思われるのは嫌……。気を遣うコとブリッコのボーダーラインも分からず、困っています。

相談者 **ピーチ姫**さん(24歳・メーカー勤務)

ダメな部分は、逆に隠さないほうが魅力になる！

しりあがりさん(以下、敬称略) そういうことは実際飲まないと教えられないねぇ(笑)。みうらさん得意なんじゃない？

みうらさん(以下、敬称略) 一番いいのは行かないことだよね。

しりあがり ほら、でもまずは自分をお店に並べないとさ。いろんな人がいるんだから、不器用なコは不器用なコ、静かなコは静かなコでいいと思うけどな。でもそこにいるのが辛そうなコは見てられないかもしれない。

みうら 地味だからモテない、派手だからモテるってことはないと思うよ。3次会行って逆にモテないってこともあるでしょ。

しりあがり 自分の個性うんぬんっていうよりも、なじむ場なじまない場ってあると思うんだ。自分が伸び伸びいられる場を探すほうがいいんじゃないかな？ そのためにいっぱいいろんな人と飲む！(笑)

みうら そうだね。場数を踏むってことも大事かもね。

しりあがり 僕も飲み会本当にダメで。

みうら でもしりあがりさん、実はそんなことないから。酔っ払うと自分がどれだけダメかっていうことを、すごい勢いで訴えるんだもん。それが実は面白くて場の雰囲気を持ってってるんだよね。ずるいよ！

しりあがり えっ。そうかなぁ。

みうら 「僕ダメなんです！」とか言われると、どうダメなの？ ってみんな気になるもん。マイナスの話されると、人って放っておけないもんなんだよ、きっと。

しりあがり みんなが慰めてくれると逆に反論したくなるんだけどな、僕は。

みうら この人もその戦方はどう？「私ダメなんです！」って宣言してさ、そしたらみんながプラスのことを言ってくれるだろうから、さらにそれに反論すればずっと自分の話題かもよ(笑)。実際、女のコに悩んでるとか言われると気にはなるよね。

しりあがり めんどくさくはない？

みうら 「私の知らない話題の話しないで」とか言う女の人のほうがめんどくさいよ。「つまんない」とかさ。それよりも「私こういう飲み苦手で」とか素直に言うくらいのスキがあるほうが男女の仲にはいいよ、きっと。ダメなことを隠さないっていう、しりあがり戦法でいこう(笑)。

しりあがり 僕みたいにこういうのが苦手な人は、それを逆手に取って突っ込んでもらうのがいいのかもね。数時間ごとにペンで書いたホクロの位置を変えるとか、わざと突っ込まれる要素を持ってったらどう？

みうら 何かしらボケは欲しいかもね。その場になじんでないことはきっとみんなにバレてるから。合コンなんて隣のヤツにアピールできれば勝ちなんだよ。場全体を盛り上げて3次会まで行くようなやつは絶対いいことないから(笑)。

しりあがり 突っ込まれるためにペンダントかなんかにしゃべるってのは？

みうら それはあぶなすぎるでしょ(笑)。でもさ、きっと男にだってその場になじめない人はいるから。逆に言えばなじむような男はこの相談者にはあわないでしょ。

しりあがり 男ってプライド高いから、自分よりできるような女の人は避けるところあるから。

みうら むしろモテ体質かもよ。ダメなところを素直に出されたら、男は気になっちゃったりするからね。合コンなんて気になってもらってナンボだし！

ダメなことをアピる＝通称しりあがり戦法！

自分にあう場所や男の人を見つけるほうがいいよ

みうらじゅく お世話になった講師陣！

みうら塾長のお友達様全員！

- 安齋肇 先生 済
- 泉麻人 先生 済
- いとうせいこう 先生 済
- 内田春菊 先生 済
- しりあがり寿 先生
- スチャダラパー 先生 済
- 高木完 先生 済
- はな 先生 済
- 松久淳 先生 済
- 峯田和伸 先生(銀杏BOYZ) 済
- 山口隆 先生(サンボマスター) 済
- 山田五郎 先生 済

次号はついに 最終回！

創刊以来3年続いた『みうらじゅく！』もついに次号、感動(!?)の最終回。お楽しみに！

19page.com

steady.
イチオシブランドの
新作アイテムを
クローズアップ

S SEAT

December

**今年も要チェックのノーカラージャケットは、
お仕事ガールにぴったりのアイテム。
オフィスでも可愛いコーデを意識したい
女のコにオススメです。
地味になりがちな秋冬は、
差し色のカラースカートで
スパイスをきかせるのも忘れずに！**

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

ノーカラージャケット¥13,440、タートルネックニット¥4,725、タック入りスカート¥7,245／すべてテチチ（キャン）

お問い合わせ先
キャン お客様相談室 0120-112-961

Té chichi

テチチ

冬のおしゃれはさまざまなアイテムの組み合わせを楽しめるから、い
ろいろなコーデを試している人も多いはず。トレンドアイテムを自分
にどう取り入れるかで悩んでいる人もいるのでは？「テチチ」のノ
ーカラージャケットやカラースカートは、取り入れやすいトレンドアイ
テムとしてオススメ！ 普段のコーデに一枚プラスするだけでもぐっと
おしゃれ感が増します。タートルニットとあわせて、さりげない上品エ
レガントな女子を気取ってみて。

19page. com

ACPOLESS RICE FORCE
イスフォースからニキビ・毛穴対策のアクポレス誕生!
misonoも実感!
脱!ニキビ肌。
ポレスは本気でニキビ・毛穴を
とかしたい人のために生まれた
スキンケアシリーズ。
から生まれた
スパワーエキスが肌に
ぷりのうるおいを与え、
ぷるのニキビ・毛穴レス肌に!
アクポレスで
ウチと一緒に
変わろっ☆
misonoのアクポレス体験を紹介!
元気のヒミツ、プライベートな話も公開。
misono 肌 で 検索
すでに
ニキビ
81%
の方が結果に
満足しています。
※当社1ヵ月モニター結果より
※効果には個人差がございます。
お米成分配合の
肌にやさしいスキンケア
ライスフォース
アクポレス
アクポレス スターターキット
気軽に試せる
7日分
医薬部外品
1 オリジナルポーチ
2 ふきとり専用コットン
3 毛穴&大人ニキビ対策BOOK
アクネソープ
クレンジングウォーター
クリアローション
オイルコントロールエッセンス
モイストバランスミルク
アクネスポッツクリア
うれしい 3 つのプレゼント付き!
今だけお試し特別価格!
1,890円(税込)
※アクポレスをご使用になったことのない方、お一人様1セットに限らせていただきます。
申込番号 1366
お申し込みはこちら
フリーダイヤル 0120-703-709
●24時間受付(年中無休)●携帯・PHSからもご注文いただけます。必ず下記キャンペーン番号をお知らせください。
携帯で簡単アクセス!
jtp@dmgp.jp
○携帯電話で左記のアドレスに空メールをお送りいただくと、折り返しお申込みフォーマットを返信させていただきます。
○対応機種をお持ちの方は、右のQRコードを読み取るだけで簡単アクセス
7783
ご満足いただけなかった場合 ご使用後でも全額返金!
※但し、商品到着後30日以内とさせていただきます。返送料は弊社が負担いたします。
※未成年者は保護者の了承を得てご購入ください。
●お申込みから7日前後で、郵便にてお届けします。
●お支払いは商品同封の振込用紙にて郵便局またはコンビニからお振込ください。
●使用後でも、使用到着後30日以内であれば、返品を承ります。その際の返送料は弊社が負担いたします。
●お客さまの個人情報は、当社および当社のグループ会社の商品・サービスのご案内、当社および当社のグループ会社が認めた会社・団体の商品・サービスなどのご案内で利用させていただく場合がございます。
株式会社アイム 〒761-8788 香川県高松市国分寺町新名694-1
キャンペーン番号 7783
有効期限 2009年12月31日(木)まで
19page.com

steady.
イチオシブランドの
新作アイテムを
クローズアップ

S SEAT

December

薄着の春夏にくらべ、
下着選びも断然バリエーションが広がるこれからの季節。
普段、洋服ではセレクトしないような、
ちょっと派手めのカラーも挑戦したい気分に。
可愛い下着は女のコだけの特権だから、
思いっきり冒険してみるのも正解！

撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

ブラジャー（イエロー）¥2,940〜、ソング（イエロ
¥1,680、ショーツ（レッド）¥1,470、キャミソール
ッド）¥4,200／すべてA by amphi（ワコール）

〈PC〉
http://www.amphi.jp/ad/steady/
〈携帯〉
http://m.amphi.jp/ad/steady/
PC・携帯からも購入可能！

お問い合わせ先
ワコールお客様センター　0120-307-0

AMPHI
アンフィ

まるでマジシャンのようにポップなトランプ柄をちりばめた、カジュア
ルでキュートなラインナップがsteady.読者イチオシの「AMPHI」か
ら登場。カップからストラップ、またショーツにもたっぷりのフリルが
ほどこされ、ところどころにアクセントを添えるハートのモチーフが女
のコ度を格段にアップさせてくれそう。モノトーンに偏りがちな冬服
の下にこっそり、こんな弾けるようなキュートさを忍ばせれば、男の
コのハートも狙い撃ちできちゃうかも?!

野菜レシピ

今回の先生は…

フードスタイリスト
園山真希絵さん

食べることでキレイになれるレシピを開発。リバウンドなく25kgのダイエットにも成功。美容を意識した簡単レシピを新聞・TV等で発表し、活躍中!!

『e-Mook 園山真希絵の毎日おいしいヘルシーレシピ』好評発売中!

短時間でおいしくバランスの取れる料理を厳選。自身の経験をもとに開発されたスペシャルレシピ本。今回のレシピも収録。(宝島社880円)

健太　スタイリング／町山千保　レシピ・調理／園山真希絵　構成／児玉響子(Koach&Wong)　＊分量は1人分です。

コクのあるお豆がたっぷり♥

ひょっこりオムライス

材料(1プレート分)

A
- 温かいごはん…ごはん茶碗1杯
- 玉ねぎ(みじん切り)…大さじ2
- ケチャップ…大さじ1
- 塩・こしょう…各少々

B
- 卵…1個
- 無調整豆乳・水煮ひよこ豆…各大さじ1
- みりん…小さじ1

オリーブオイル…小さじ1
ミント…適宜

作り方

1. 耐熱ボウルにAを入れ、混ぜ合わせたらラップをし、レンジで約1分半加熱する。取り出したら、再度混ぜ合わせて、ラップをしいたオムライス型(なければマグカップ)に、詰める。中央部分にくぼみを作る。
2. Bを混ぜ合わせ、オリーブオイルを熱したフライパンで軽くとろみが出るまで炒め合わせたら、①のくぼみに入れて、盛り付け用のお皿をかぶせる。そのままひっくり返して型から外す。

comment 中にとろとろ卵をかくすことで、食べたときの"びっくり感"をプラス。おしゃれで、男女ともに人気のメニューです。

ポイント
"中からとろとろ"のサプライズにみんなが大喜びすること間違いなし!

ポイント
味噌＆お豆が味のポイント。ちょっと和な風味を楽しんで!!

味噌&お豆の絶妙な組み合わせ!

ハッシュドポーク

材料(1プレート分)

豚こま切れ肉…200g
塩・こしょう…各少々
赤ワイン…50cc
サラダ油…適宜

A
- 長ねぎ(斜め薄切り)…1本分
- にんじん(乱切り)…1本分
- にんにく(みじん切り)…小さじ1
- ミックスビーンズ…50g

B
- デミグラスソース缶…1缶
- 合わせ味噌…20g
- 塩・こしょう…各少々

C
- 温かいごはん…ごはん茶碗2杯
- オリーブオイル…小さじ1
- パセリ(みじん切り)…少々

作り方

1. 深めのフライパンに油を熱し、Aを入れて中火にかけ、さっと炒め合わせたら、軽く塩・こしょうした豚肉を加えて、さらに炒め、肉に完全に火が通る前に赤ワインを加える。
2. ①が沸いてきたら、Bを加えて4〜5分煮て、混ぜ合わせる。
3. Cを混ぜ合わせたら、②とともに器に盛る。

comment
・ビーフではなくポークを使うのは、豚肉には糖質の代謝を高めてくれるビタミンB_1が、なんと牛肉の10倍も含まれているから!
・お豆がふんだんに入っているから、少量で満腹感を得られるのがポイント。だからダイエット中の人にも、おすすめです。

19page.com

食べても太る心配なし!
旬のヘルシー♥お

「食材のおいしい季節なのに、体型が気になって食べられない…」そんな読者たちの声に応えて、
今月は季節のお野菜をたっぷり使った"おいしくて簡単"なのにとびきりヘルシーな1人夜ごはんレシピをご紹介します!

ポイント
「さばの味噌煮缶」を使った、簡単でくせになる味!

ざく切りトマトと長ねぎが隠し味!
サババビアンドライカレー

材料(1プレート分)

A
- さばの味噌煮缶…1缶
- トマト(ざく切り)…1個分
- 長ねぎ(斜め薄切り)…1/2本分

サラダ油…適宜

B
- カレー粉…大さじ1
- ウスターソース…小さじ2

目玉焼き…2個分
温かいごはん…ごはん茶碗2杯
ブラックペッパー…少々

作り方

1. フライパンに油を熱しAを入れて中火にかけ、さばの身をつぶすように炒め合わせ、火が通ったらBを加えて、汁気が少なくなるまで炒め合わせる。
2. 器にごはんを盛り、その上に①→目玉焼きの順でのせ、ブラックペッパーをふりかける。

comment
最初は皆さん「さば缶でカレー!?」とびっくりするんだけれど、1度食べちゃうと忘れられない味になるみたい。

19page.com

ポイント
市販のお吸物の素を使って、簡単に味つけ♥

とにかくいろんなきのこがてんこ盛り!!
きのこづくしチャーハン

※このレシピは2人分です。

材料(1プレート分)

しいたけ…2個
なめこ…1袋
しめじ…1パック
エリンギ…1/2パック
まいたけ…1/2パック

温かいごはん…ごはん茶碗に軽く2杯
お吸物の素(松茸)…1袋
塩・こしょう…各少々
ごま油…小さじ2
万能ねぎ(小口切り)…適量

作り方

1. しいたけは石づきをとり、薄切りにする。なめこは熱湯でさっとゆでてしっかり水気をきる。しめじ・エリンギ・まいたけは手で裂く。
2. ごま油を熱したフライパンで①とお吸物の素を入れて炒め合わせたら、温かいごはんを加え、ほぐれるように炒め合わせ、塩・こしょうで味を調える。器に盛ったら、万能ねぎを散らす。

comment
・低カロリーで食物繊維が豊富な食材・きのこを「これでもか!」というくらい入れているので、ごはんの量が少なくても満足できるチャーハンです。
・きのこの食感を活かしたいから、火は通し過ぎないこと。あまり火を通すと、ベチャっとなる原因になるので注意しましょう!

ホールトマトが丸々一缶!!

さんまトマトパスタ

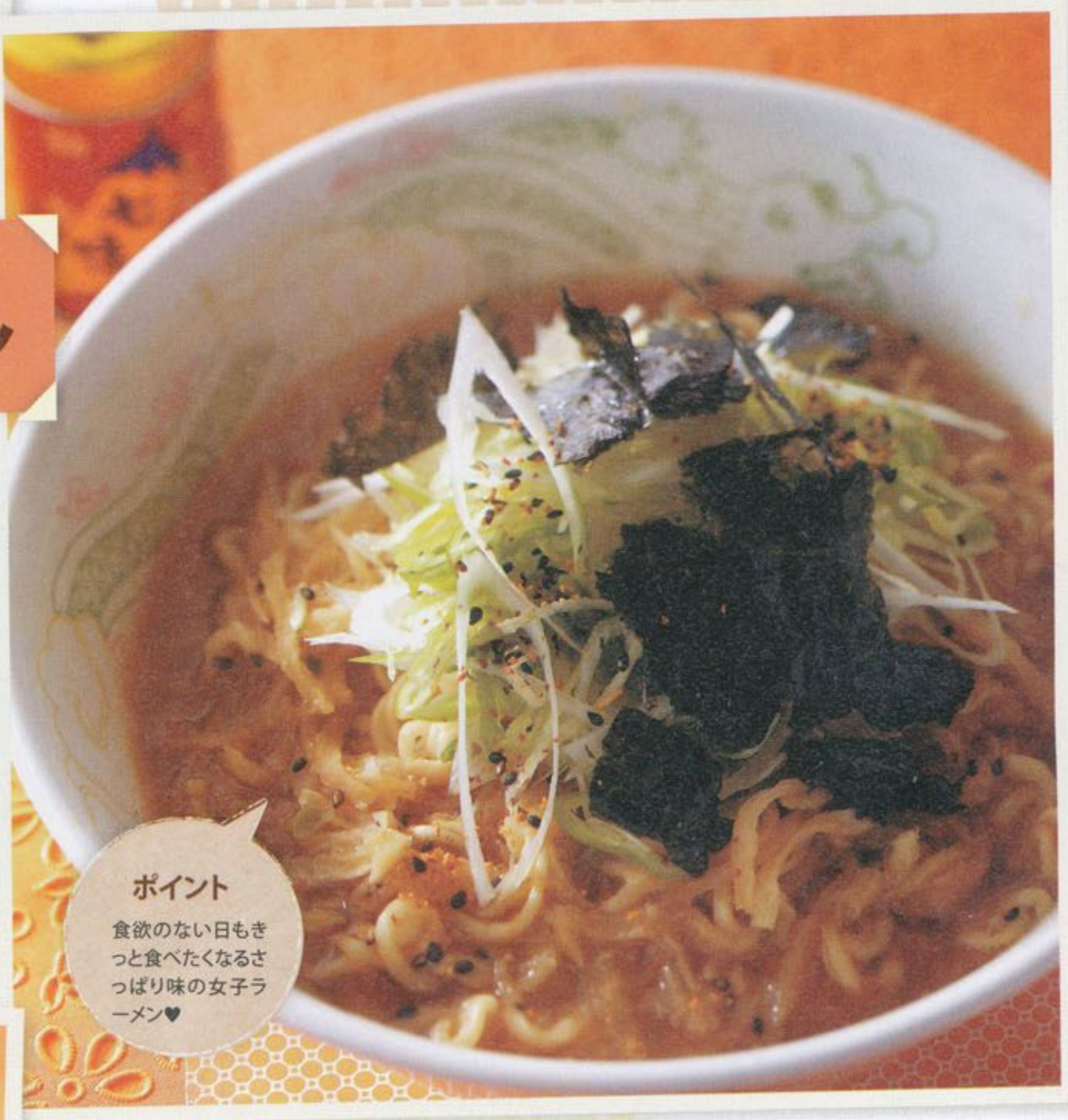
材料（1プレート分）

スパゲッティ…160g
ホールトマト…小1缶
赤パプリカ（細切り）…1/4個分
A ┌ さんまの蒲焼き缶詰…1缶
　│ ケチャップ…大さじ2
　└ しょうが（みじん切り）…小さじ2
塩・ブラックペッパー・タバスコ…各少々
オリーブオイル…小さじ1
万能ねぎ…適量

作り方

1. 塩を入れた熱湯でスパゲッティをややかためにゆでる。万能ねぎは4cm幅に切る。
2. オリーブオイルを熱したフライパンにホールトマトを入れ、つぶすように炒めたら、Aを加えてさらに炒め合わせる。ややとろみがついてきたら、①のスパゲッティと赤パプリカを加えて、塩・ブラックペッパー・タバスコで味を調える。器に盛って、①の万能ねぎを添える。

comment イタリアンの店で食べた「さんまのパスタ」から思いついたレシピ。蒲焼き缶を使えば、魚の下処理は必要ないし、自然といい旨味が加わるんです。



切干し大根と長ねぎたっぷりの

しゃっきり豆乳味噌ラーメン

材料（1椀分）

A ┌ インスタントラーメン（味噌）…1袋
　└ 切干し大根…10g
B ┌ 長ねぎ（斜め薄切り）…1/2本分
　│ ごま油…小さじ1
　└ 塩…少々
韓国のり…4枚
無調整豆乳…50cc

作り方

1. 鍋にラーメンの表示どおりの量の熱湯を沸かし、Aを入れて麺をほぐしたら、付属の粉末スープと無調整豆乳を加えて、沸騰直前で火を止めて器に入れる。
2. Bを①にのせて、手でちぎった韓国のりを添える。お好みで七味をふりかけて、召し上がれ。

comment インスタント麺って口当たりがよくて、ついかまないで食べてしまうのが太る原因に。そこで切干し大根を入れて、「かむラーメン」に変身させました。

ごぼう＋にんじんで食物繊維たっぷり

きんぴらごぼうどん

※このレシピは2人分です。

材料（2椀分）

冷凍うどん…2玉
ごぼう…1/2本
にんじん…1/2本
ひじき…10g
万能ねぎ…1本
A ┌ めんつゆ…大さじ2
　└ みりん…大さじ1
コンソメスープ…400cc
塩…少々
ごま油…適量

作り方

1. ごぼうはささがきにし、水に10分さらして、水気をきっておく。にんじんはごぼうと同じように切る。ひじきはぬるま湯につけて戻し、しっかり水気をきっておく。万能ねぎは小口切りにする。
2. ごま油を熱したフライパンで①のごぼう・にんじん・ひじきを炒めたら、Aを加えて汁気がなくなるまで炒め合わせる。
3. 熱湯で冷凍うどんをややかためにゆでる。
4. 鍋にコンソメスープを入れて強火にかけ、沸いてきたら中火にし、塩で味を調えて、③とともに器に入れる。
5. ④に②をのせ、①の万能ねぎを散らす。

comment うどんは小麦粉の塊…決してダイエット向きの麺ではありませんが、食物繊維豊富なきんぴらごぼうと一緒に食べることで、ダイエット向きにシフト!

19page.com

19page.com

長いもとはんぺんでボリュームアップ♥

サーモングラタン

材料（1プレート分）

鮭の切り身…1切れ
長いも…20cm
はんぺん…1枚
A ┌無調整豆乳…50cc
　│鮭フレーク…大さじ2
　└西京味噌…大さじ1
とろけるチーズ…40g
パセリ（みじん切り）…適量

作り方

1. 鮭の切り身は一口大に切り、フライパンで両面焼き、グラタン皿に均一に並べ入れる。
2. 皮をむいた長いもは15cm分すりおろし、残りは小さめの乱切りにしたら、一口大にちぎったはんぺん、Aとともに混ぜ合わせて、グラタン皿に流し入れ、とろけるチーズを散らし、トースターできつね色になるまで焼く。取り出したら、パセリを散らす。

comment
・鮭フレークって、ごはんに使うだけじゃもったいない! こんな風にグラタンに使うとすごくいいダシが出るんです。だから調味料も最低限でOK。
・豆乳と西京味噌がホワイトソースの代役。「物足りない?」と思うかもしれないけど、味出しの鮭フレークやはんぺん、腹もちのいい長いもがたっぷり入っているから、大満足のまんぷくメニューです。

ざく切りキャベツでまんぷく感!!

おからdeお好み焼き

材料（1プレート分）

A ┌おから…60g
　│卵…1個
　│キャベツ（ざく切り）…2枚分
　└桜海老・薄力粉…各大さじ2

ごま油…小さじ2
お好み焼きソース・
青のり・かつお節…各適量

作り方

1. ボウルにAを入れて混ぜ合わせたら、ごま油を熱したフライパンに流し入れて、中火で両面をこんがり焼く。器に盛ったら、お好み焼きソースを塗り、青のりとかつお節を散らす。

comment
お好み焼きって粉物料理だから、太るイメージがあるかもしれません。でもこれは「おから料理」ですから、美人食! 少量で腹もちが良く、美肌に欠かせないイソフラボンもとれちゃいます。

ビタミンCたっぷりのししとうで免疫効果UP!

キムチロールポーク

材料（1プレート分）

豚ロース薄切り肉…小6枚
キムチ…60g
ししとう…6個
塩・こしょう…各少々
片栗粉…適量
焼き肉のたれ…大さじ2
ごま油…大さじ1

作り方

1. 豚肉を広げ、軽く塩・こしょうしたら、すべての豚肉にそれぞれ、ししとう1個とキムチ1/6量ずつをのせて、手前から巻き、表面に薄く片栗粉をまぶす。
2. ごま油を熱したフライパンで①を転がしながら全面焼いたら、焼き肉のたれを回し入れて、さっとからめる。

comment
キムチは代謝を促してくれる、ヘルシー食材。スタミナ満点の豚肉とは、味と栄養の相性もバツグンだから、あわせて食べることで最強のパワーフードになるんですよ。

20歳～23歳読者代表

妹ステディ。

よくがんばりました

27人

社会人デビューや就活の年など、大きな転機を迎えることが多い妹ステディ.世代。この機会に、内面も外面も磨こうと、みんな頑張っています!

01 夢のため努力してます!

沈 奈琵さん（学生・21歳・東京）

継続中ですが、歌の練習に頑張った1年でした。オーディションでは、最終選考まで残ることも! 歌に対して自信が持てるようになりました。ダイエットも続けて、自分磨き、もっと頑張ります!

似ている有名人 綾瀬はるか、大塚 愛

02 アルバイトに勉強に大忙し

星 千尋さん（学生・20歳・埼玉）

アルバイト&ネイルの学校でハードな日々でした。加えて実家で家事もやるように! 洗濯物を畳む速さには自信があります(笑)。一人暮らしがしたいですが、まずはネイル検定を合格します!

似ている有名人 安達祐実

03 徹底的に体質改善!

田中里奈さん（学生・22歳・東京）

肌荒れもしやすく、痩せにくい体質だったので、体質の改善に取り組みました。ジム&エステにウォーキングで徹底的に! 体力がつき、肌荒れはもちろん睡眠の質まで改善されました♪ 体調が良くなると、気持ちも安定して前向きに生活できます♪

似ている有名人 松嶋尚美（オセロ）

04 一人暮らし始めました!

赤埴奈津子さん（化粧品会社勤務・23歳・東京）

一人暮らしを始めたのをきっかけに、家計簿をつけ始めることに! 初めて自分の金銭感覚を知りました。反省点も多く、自然と使いすぎが減りました♪ 社会人生活もだんだん慣れてきたので、2010年は、資格を取ったり、趣味を作ったり、もっと充実した1年にしたいな。

似ている有名人 特にいない

05 友達100人できました(笑)

神尾美沙さん（学生・20歳・東京）

友達作りを心掛けていたら、自然と増えていました♥ たくさん飲み会に参加したおかげで、初対面の人でもすぐに仲良くなれるように。就職活動に役立ちそうな特技ができました♪

似ている有名人 観月ありさ

06 ハングル語の特訓中です!

齋藤麻奈美さん（学生・20歳・神奈川）

毎週、TVのハングル語講座で発音の練習をしています。母国語以外の勉強をすることで、韓国に限らず世界の言語や文化にまで興味を持つようになりました。来年は初海外旅行がしたい!

似ている有名人 栗山千明

07 引きこもり派を卒業!

鷹野詩歩里さん（メーカー勤務・23歳・長野）

休日は、寝て過ごしたり、完全にウチ派だったのですが、なるべく外に出るようにしました! 休日も活動的に人と会うことで、仕事のやる気までUP。TOIECの高得点目指して、英語も勉強中。

似ている有名人 沢尻エリカ

08 就活漬けの1年から解放♥

下間麻衣さん（学生・22歳・埼玉）

会社の面接や採用試験に加え、公務員試験の勉強もあり、とにかく就活に力を注いだ1年でした。面接のために、自分の長所、短所を客観的に考えることで、自分磨きにもなった!

似ている有名人 篠原涼子、宮里 藍

09 充実の社会人1年目!

上村菜津子さん（金融関連勤務・23歳・埼玉）

プライベートを楽しもうと心掛けた1年。運動は苦手意識があったけど、初めてフットサルチームに参加し、大会に出場。他にも色んなことにチャレンジしようと、現在、習い事を探し中♪

似ている有名人 伴都美子、藤原竜也

10 苦手な早起きで健康的に!

中田絵里奈さん（貿易関連会社勤務・22歳・東京）

就職して、1番つらかったのは苦手な早起きでした。始めのうちは、起きられるか心配で、夜寝られなかったほど…。今では、早起きの習慣が身について、体が健康的になった気がします♪

似ている有名人 牧瀬里穂、福原 愛

11 就職活動に燃えています!

幸坂理加さん（学生・21歳・東京）

現在就活中で、自分自身と向き合うことで、新たな自分を発見! 就活を通して、素敵な人とたくさん出会い人脈も広がりました。来年は素敵な社会人になれているといいな!

似ている有名人 特にいない

12 アクティブな自分へチェンジ

小多奈緒さん（学生・22歳・東京）

自分磨きのためにメイクを研究、試したり、歪み矯正の体操を続ました。自分に自信が持てるようになり、アクティブな自分になれました。たくさん旅行をしたのも良い刺激になったかな♪

似ている有名人 内田恭子、有賀さつき

13 新社会人は日々勉強!

澤井 彩さん（通信会社勤務・23歳・千葉）

社会人になったばかりの年度初めは、世の中に対して驚きの連続で、自分の未熟さを発見する毎日でした。当たり前のことができず、たくさん勉強することがありました。最近は多少余裕も出てきたかな。来年は、プライベートも充実させるようフランス語を習いたい!

似ている有名人 ハーレイ・ジョエル・オスメント

14 貯金の使い道を考え中～♪

藤村友里亜さん（メーカー勤務・20歳・愛知）

今年の1月からコツコツ貯金を続け、現在までに70万円くらい貯まりました。自分で、よく頑張ったと思います(笑)。今、何を買おうか考え中です♪ 来年は、イイ女目指して、自分磨きするぞ!

似ている有名人 戸田恵梨香

15

山本可奈さん（保険会社勤務・23歳・千葉）

人を呼びたくなる部屋を目指し、部屋作りを頑張りました。色を統一したり、アロマを焚いたり、居心地の良い部屋が今はお気に入り。部屋がきれいだと、心にもゆとりができて良いこと尽くし!

似ている有名人 杏、西山茉希

16 努力で美肌を手に入れた!

平田いくさん（サービス業・22歳・東京）

美肌を心掛けた1年で、日焼け対策はもちろん、週に3回も火鍋を食べにも! 家ではマクロビオティックのごはんを自炊。来年はこのまま料理の腕を上げて調理師免許を取りたい。

似ている有名人 ファルコン

17 忙しく充実していて楽しい♪

安岡あゆみさん（メーカー勤務・21歳・埼玉）

毎日、良い意味で暇が無い! でも毎日が楽しい! メーカーでのアクセサリーデザインの仕事は、形になるので、嬉しくてやる気も出ます。今後は、アクセだけでなく、色々な商品もプロデュースしていく予定です。読者モデルの経験も、仕事に役立っていると感じます。

似ている有名人 浜崎あゆみ

18 何でもチャレンジした1年

小林莉沙さん（保険会社勤務・23歳・埼玉）

バンジージャンプをしたり、登山やマラソンを始めたり色々なことに挑戦しました。色々な分野の人と知り合えて刺激になります。話しのネタが増えることで、初対面の人との会話も弾みます。

似ている有名人 相武紗季、榮倉奈々

19 ドラムで初のソロ演奏

下谷 綾さん（メーカー勤務・23歳・京都）

ある学校のイベントで、ドラムのソロ演奏に挑戦。人生初のパンクロックでしたが、大成功でした。来年は、歯科衛生士の資格を取りたいし、両親と旅行に行きたいし、やりたいことがたくさん。

似ている有名人 滝川クリステル

20 欲張りに語学学んでいます

八木麻衣子さん（学生・23歳・東京）

英語、スペイン語に加え、新たにタイ語、インドネシア語、ビルマ語を始めました! ちょっと欲張りすぎか、ごちゃ混ぜになってしまうことも…。でも、旅行先で言葉が交わせるってすごい喜び!

似ている有名人 岩佐真悠子

21 日々勉強の新社会人生活

森本愛未さん（メーカー勤務・23歳・東京）

社会人1年目なので、とにかく仕事を頑張りました。話し方、身のこなし方は、普段の生活から意識するように。周りから「大人になった。」と言われるように♪ 来年は習い事を始めたい!

似ている有名人 加藤ローサ

22 卒業のための単位取り!

小津源芽衣さん（学生・23歳・東京）

23 健康生活に徹しました!

西野ゆかりさん（学生・21歳・東京）

健康のために運動をしようと、小まめに歩いたり、階段を使うようにしました。食生活も野菜中心! 体調が良くなり爽快です。来年は、毎日掃除が目標。最低、1日1箇所と決めて頑張ります。

似ている有名人 吹石一恵、持田香織

24 彼との新生活で女磨き!

野島 彩さん（百貨店勤務・23歳・大分）

彼との同棲をスタート。以前よりも信頼感が増しました! ただ「私が料理と洗濯!」と最初は決めていたのに、結局彼に頼っちゃっています…。来年は見た目も内面も女磨き頑張ります!

似ている有名人 皆藤愛子

25 新しい一歩を踏み出し転職

伊藤花のこさん（マスコミ勤務・23歳・東京）

ダメもとでも、とにかく新しい一歩を踏み出そうと、望んでいた職種に応募しました! 結果、合格することができ、転職。行動することの大切さを実感しました。来年は車の運転免許を取る!

似ている有名人 矢田亜希子

26 ダイエットに成功しました!

和希優美さん（イベント会社勤務・23歳・東京）

ダイエットをして、7キロの減量に成功しました♪ 周りの評価が変わったし、自分に自信が持てるようになりました。来年は、内面の自分磨きのため、たくさんの資格取得に挑戦したい!

似ている有名人 押切もえ、後藤真希

27 目標だった資格を取得

古月里奈さん（商社勤務・23歳・東京）

通関士と簿記の資格取得のため、勉強を頑張りました! 簿記の試験に短期合格でき、希望の会社に入ることができました。社会人になって、最近のマイブームは、銀座や丸の内の美味しいレストランの開拓。発見したお店を、ブログにアップするのも楽しみです♪

似ている有名人 土岐田麗子、優香

コレ頑張りました!

今年一番頑張ったことを緊急アンケート! みんなも2009年を振り返りながらチェックしてみて!

※プロフィールは名前、(職業・年齢・都道府県)の順に表記しています。

19page. com

24歳〜26歳読者代表

ミドルステディ

48人 おしゃれもお仕事ものっている24歳〜26の読者代表48人が一気に登場。ミドルステディ.はどんなことを頑張ったのかな?

30 実家を出て、自立しました！

山田さとみさん（マスコミ勤務・24歳・東京）

今年の1月に、未経験の職種に転職したので、学ぶこと覚えることが多くて必死で仕事していたかも(笑)。でも、自分の関わったものが結果を出せたり、ひとり暮らし始めたりと大充実でした。来年は、さらに仕事とプライベートをうまく両立させたい!

似ている有名人 北川景子、上島竜兵

28 念願の3キロ減量に成功！

佐々木清香さん（不動産会社勤務・26歳・栃木）

仕事の忙しさからくるストレスで太ってしまったのが嫌で、ついにダイエットを始め3キロ落としました! 間食をやめて、野菜中心によく噛んで食べる。こんなことでも地道に続けて目標達成! 友達からの「やせたね」って言葉を励みに頑張りました。

似ている有名人 山本 梓

29 大人化計画を進めた1年！

新井紘子さん（会社受付・25歳・東京）

25歳になって、大人の女性に憧れを持つようになりました。ピンク一辺倒だった服もモノトーン+差し色にシフト。語学などの内面磨きも忘れず、心身美しい女性を目指します!

似ている有名人 国仲涼子、ドラミちゃん

31 仕事を通して成長しました！

岡本ハナさん（IT関連会社勤務・26歳・東京）

仕事を転職し、最初は心配されていたのが、ひとりで任されるようになったこと! それがすごく嬉しかったです。本当に周りの人に支えられた1年。来年は自分が周りを支えたいな。

似ている有名人 眼鏡だとアンジェラ・アキ

34 メイク技能検定に挑戦！

野津礼奈さん（会社受付・26歳・東京）

付き合って3年の彼とは遠距離恋愛中。つらいと思わないようにして、積極的に計画を立てたり、リサーチをしてデートを思いっきり楽しむようにしたら自然と会う回数が増えました!

似ている有名人 菅野美穂

昔から大好きなヘアメイクの仕事を並行してやりはじめました! もっとうまくなりたくて、会社帰りに学校にも通い、メイクアップ技能検定の3級を取得。もっともっとうまくなりたい!

似ている有名人 鈴木 杏、松本莉緒

33 日々の小さな幸せに感謝！

山賀由紀子さん（洋菓子店勤務・25歳・埼玉）

社会保険労務士の資格取得を目指して、会社帰りに学校へ通いました。試験の結果はまだだけど…知識が増えたし、何より目標に向かって行動していくのが楽しいんです!

似ている有名人 相武紗季、室井佑月

32 目標達成のためにまず行動

常盤恵美さん（メーカー勤務・26歳・神奈川）

35 周りに優しくなれるように

川野夏子さん（金融関連勤務・24歳・大阪）

一人暮らしを初めて、周りへの感謝の気持ちが強くなりました。両親にも尊敬の念でいっぱい。一緒に住んでいた頃より、優しく接することができるようになりました。

似ている有名人 小西真奈美

3[illegible] 医療事務と着付けの資格ゲット！

（教育関連勤務・26歳・東京）

将来の仕事のことなどを考え、医療事務の資格を取得。勉強は大変でしたが、受かって良かった。着物の着付けの検定は現在3級。2級の試験に向けて勉強中です。

似ている有名人 佐田真由美

39 体操を毎日続けました！

久山千佳さん（書店勤務・26歳・大阪）

ふと二の腕のたるみが気になって、身体を引き締める体操を毎日続けました! そうしたら二の腕のたるみはなくなって逆に引き締まりすぎたくらい(笑)。継続は力なりです!

似ている有名人 押切もえ、田中美里

38 苦手だった料理を克服！

大塚香りさん（メーカー勤務・26歳・東京）

料理を頑張って、和洋中の基本は何でも作れるようになりました! もちろん、作るたびに写メを送って彼にアピールすることも忘れずに(笑)。彼の私を見る目も[illegible]は、そのせい[illegible]少し[illegible]ら[illegible]めダイ[illegible]

似ている有名人 中山美穂

37 マイペースを覚えました

増田友希さん（税理士補助・25歳・神奈川）

元々、すべてを完璧にしなくてはと焦ってしまうタイプ。少し体調を崩してしまったことを機会に、自分らしくマイペースでいることの大切さを学びました。まさに人生無駄なし!

似ている有名人 上原多香子、ゆってぃ

40 飲み過ぎを戒めています！

埣智子さん（IT関連会社勤務・26歳・千葉）

お酒やお菓子など、体にとってあまりよくないものが大好きで、ついつい飲み過ぎ食べ過ぎの毎日に。最終的に胃炎になってお医者様に怒られてしまいました。少しセーブするようにしたら、体重が減ってダイエットにもなっちゃいました!

似ている有名人 臼田あさ美

43 節約生活で100万円貯めた！

[illegible]野友貴さん（マスコミ勤務・26歳・千葉）

洋服はなるべく安いところで購入し、服飾代を大幅にカット。ランチも切りつめて生活していたら、100万円が貯まりました! 節約と考えず「エコな人間に成長」と思い続けました。

似ている有名人 新垣結衣、戸田恵梨香

41 爪をきれいに保つこと！

酒井景子さん（IT関連会社勤務・24歳・東京）

月に最低1回はネイルサロンに通い、ジェルネイルで爪をきれいに保つように心がけました。友達にも「いつもきれいにしてるね」とほめられ、女子度も上がった気分です♪

似ている有名人 徳澤直子

42 料理の腕を上げました！

坪田香織さん（団体職員・26歳・兵庫）

どちらかというと苦手だった料理を母から学んでいます。最初はお鍋をこがしたり、とんかつをあげすぎてしまったりしましたが、最近彼にほめられるまで成長しました!

似ている有名人 米倉涼子

47 転職し念願のネイリストに！

磯部奈央さん（ネイリスト・25歳・神奈川）

大学卒業後1年半でお金を貯め、仕事帰りにネイルスクールへ。夢を持ち、叶えるために行動をしていて、本当に充実した年になりました。ネイリストとして、新人ですが技術を向上させ、お客様に喜ばれるようなネイルケアやアートをできるようにまだまだ頑張ります!

似ている有名人 奥菜 恵、北乃きい

44 夢のマリンスポーツにどっぷり！

竹田ちなつさん（マスコミ勤務・26歳・神奈川）

学生時代に数回やったのですが、の時は続かず…。ついに今年[illegible]のサーフィンを再開しました。今[illegible]すっかりはまってしまい、週末は[illegible]毎週海に行っています!

似ている有名人 チキンラーメンのひ[illegible]

49 500円玉貯金をスタート！

高沢奈苗さん（メーカー勤務・25歳・東京）

「チリも積もれば山となる」を信じ、お釣りの500円をコツコツと貯金箱へ。最初はよく使ってしまっていたけれど、ある程度貯まると楽しくなり、今は、あえて500円玉を作る程に。20万円くらいになったかな♪ 来年はこれを使い、何をしようと検討中です。

似ている有名人 優木まおみ、大島麻衣

48 お花に囲まれた生活！

栗原美奈子さん（医療関連勤務・25歳・千葉）

プリザードフラワーアレンジメント講師の資格を取得し、ブーケやフラワーポットから、フォトフレーム、鏡などへもアレンジの幅を広げ、大好きなお花に囲まれた生活に大満足!

似ている有名人 山口もえ、小倉優子

46 彼と別れて仕事[illegible]

佐藤文香さん（金融関連勤務・26[illegible]）

今年は7年間つき合った彼氏と別れると劇的な変化からスタート。これをきっかけに好奇心と行動力が生まれ、ONとOFFの使い方を学べました。来年は婚活を頑張ります(笑)!

似ている有名人 にしおかすみこ

45 肌磨きですっぴん美人に[illegible]

中本紀子さん（法律関連勤務・26歳・栃木）

タカミサプリを摂取し、タカミスキンピールを使いハダラボの極潤化粧水とアベンヌウォ[illegible]

steady.読者代表 100人に聞きました! 2009年

妹ステディ.27人 ミドルステディ.48人 大人ステディ.25人

一年の終わりには、その年のことを思い返すもの。そこで、ステディの読者代表100人

19page.com

50 ゴルフのスコアアップ!
打海貴子さん（金融関連勤務・25歳・東京）

ゴルフのレッスンに通い始めて、ベストスコア105をマーク! ゴルフを通じて人との出会いもあり、人脈が広がり、人生勉強もしっかりできました。来年はもっと充実した趣味の時間を過ごしながら、スコアでは100を切ることを目標に頑張ります。

似ている有名人 伊東美咲、玉木 宏

51 海外旅行で女子磨き!
後藤里奈さん（広告代理店勤務・24歳・千葉）

社会人になり初めて週末弾丸ソウル旅行へ。韓国のグルメや美容を体験し、週明けにはお肌がツルツルに! 他にもイタリア、台湾へ行き、現地の人と仲良くなり、語学力もアップ!

似ている有名人 臼田あさ美、岡本夏生

52 仕事とスキルアップの勉強!
黒澤恵理香さん（IT関連会社勤務・25歳・東京）

すぐに結果が出たのは、仕事のやりがい。一生懸命仕事をすることで意欲ややりがいがグンとアップ。また将来のことも考え経営学の勉強もスタート。何年後になるか分かりませんが、いつか会社を興したい! という目標を持って頑張っています。

似ている有名人 片瀬那奈、小池栄子

53 フラダンスのレッスン!
林 亜紀さん（メーカー勤務・26歳・東京）

ずっと気になっていたフラダンスのスクールに通い始めました。習い始めてから3ヶ月で初舞台に立ち、緊張したけど楽しかった。フラのおかげでウエストのくびれもゲットしました!

似ている有名人 菅野美穂

54 彼のおかげで家事が上達!
太田真由美さん（金融関連勤務・26歳・埼玉）

彼が一人暮らしなので、料理、洗濯、食器洗いなどを手伝うことに。最初は彼と家事の考え方が異なり、注意されていましたが、今ではほめられまで上達しました!

似ている有名人 麻生久美子、近藤春菜（ハリセンボン）

55 憧れのDJデビュー!
大井智保子さん（会社受付・26歳・東京）

モデル&DJのエリローズに憧れ2月からDJの練習をスタート。猛特訓して5月には青山のクラブでDJデビューしました。今では月に8本のイベントに出演しています。

似ている有名人 佐々木希、福原 愛

56 美を追求し自分を磨く!
富田弘子さん（IT関連会社勤務・24歳・大阪）

サロンモデルに声をかけてもらい、撮影に初めて挑戦! 美しく撮られるために自分を磨くことが必須だと勉強。ステディ.の読者代表として雑誌に載れることも励みになっています。

似ている有名人 眞鍋かをり

57 美肌計画を実行!
滝沢瑛理さん（建築関連会社勤務・25歳・東京）

仕事で毎日遅くなっても、1日の終わりに半身浴を1時間。疲れもしっかりと取れる上に、毛穴の汚れを取ることができ、お肌がしっとりと。すっぴんもほめられるようになりました!

似ている有名人 木村沙織

58 お酢ドリンクで健康的に♪
山野由佳さん（IT関連会社勤務・25歳・大阪）

健康診断で3年連続最悪な結果だった脂肪肝。朝晩、お酢に蜂蜜、オリゴ糖、お水を入れたドリンクを1杯飲み続け、4年目の健康診断で初のA判定を。お肌もきれいになりました!

似ている有名人 ブースカ、まちゃまちゃ

59 慣れない環境を乗り切った!
成田典子さん（メーカー勤務・25歳・福島）

春から社会人になり、新しい環境で愚痴や涙の連続。そんな生活もいつもの間にか1年になり、耐えきったと満足(笑)。おかげで今は自分が何を目標に進むのか、ということをはっきりと認識。「後悔はしないぞ!」という気持ちでいっぱいです。前進あるのみ! です。

似ている有名人 今井りか

60 難曲の演奏に成功しました!
三浦 泉さん（ピアニスト・26歳・東京）

音楽家フランツ・リストが作曲した『ラ・カンパネッラ』を披露することになり、プライベートの時間を削り猛特訓をしました。自分なりのスタイルで演奏を成功させることができ、プロとしての誇りややりがいを再認識。来年もピアニストとしてステップアップします♪

似ている有名人 藤本美貴

61 仕事に励み収入UP!
五十嵐里佳さん（ピアノ講師・25歳・千葉）

仕事を頑張ったことでピアノ教室の生徒が増え、収入もアップ。ピアノの演奏者としての仕事も順調です♪ 来年は仕事もですが、プライベートで素敵な彼を見つけたいです。

似ている有名人 片瀬那奈

62 転職して仕事のやりがいゲット!
伊藤寿賀子さん（広告代理店勤務・25歳・東京）

4月から広告代理店で企画の仕事をスタート。秋からはアパレルブランドの立ち上げも経験しました。仕事一筋になり、10年間つき合った彼氏とは別れてしまったけど、働きマンを目指し日々充実しています。来年は人間的にも成長し、さらに仕事に励みます!

似ている有名人 新山千春、谷村奈南

63 自転車で運動不足解消!
上田麻衣さん（マスコミ勤務・24歳・東京）

最近周囲でも自転車が流行っているブームにのり、私も購入。会社まで片道40分を通う日も。ダイエット効果はまだですが、運動不足解消とストレス発散の効果は抜群です!

似ている有名人 ガチャピン

64 月に2回のゴルフラウンド!
中山真見さん（保険代理店勤務・25歳・東京）

腰が痛くなるほどゴルフの練習をして、ベストスコアが115に。ゴルフ友達もできたし、練習のおかげでウエスト回りもシェイプアップ! これからはゴルフに携わる仕事がしたい!

似ている有名人 上原美優

65 体調管理をしっかり実行!
渡邊麻衣子さん（マスコミ勤務・25歳・東京）

不規則な仕事柄、どうしても体調を崩してしまうことが多かったので、食事をバランスよく摂り、足りないものはサプリメントで摂取。体調は崩れにくくなり、肌の状態も良くなりました。

似ている有名人 辺見えみり

66 新作ジュエリーのデザイン
鈴木杏奈さん（アパレル勤務・24歳・神奈川）

企画段階から1年半かけ新作のジュエリーを発表。ドレス用ジュエリーなのでウェディングドレスを着て撮影も。撮影のためのダイエットも成功し、今年一番の充実した思い出です。

似ている有名人 熊田曜子、桜塚やっくん

67 漢方薬を飲み肌荒れを撃退!
荒川香澄さん（教育関連勤務・25歳・埼玉）

社会人になってからずっと苦しんでいた肌荒れ。今年は苦くてまずい漢方薬を飲み続けついに肌荒れから解放されました! 合コンに呼ばれることも多くなり女性としての自信もUP!

似ている有名人 浅田 舞、中丸雄一

68 検定&資格の勉強!
西本知代さん（商社勤務・25歳・愛知）

今年は検定と資格の一年。貿易実務検定と運転免許の取得に励みました。仕事をしながら2つの勉強は大変だったのですが、両方取得できました! 次は何を取得しようかなぁ〜。

似ている有名人 宮坂絵美里

69 念願のサーフィンのスタート!
本川香織さん（医療関連勤務・24歳・千葉）

念願だったサーフィンをスタートし、3ヶ月後からショートボードに乗れるまで上達しました。サーフィンで知り合いもたくさんでき、今ではみんなが大切な仲間です。

似ている有名人 相武紗季

70 仕事と恋愛のバランス調整!
小泉亜紀さん（メーカー勤務・25歳・東京）

社会人2年目になり、少し余裕が出てきたので、仕事とプライベートの時間をしっかりと調整することを心がけました。友達や彼と大好きな旅行へ行くこともでき、精神的にも成長。周囲から「大人になった」と言われるようになりました。

似ている有名人 加藤ローサ、キューピー

71 仕事にプライドを持つこと!
[illegible]さん（アパレル勤務・26歳・東京）

アパレルの仕事をしながら、フリーでモデルの仕事もしています。フリーなので「仕事」として、しっかりとひとつずつ行っていくことが大切だと思いプライドを持つように。おかげで順調に仕事があり、余裕が出てきたので、心のバランスも保てるようになりました。

似ている有名人 畑野ひろ子、安めぐみ

72 クラッシックバレエを再開!
増田彩さん（医療関連勤務・26歳・愛媛）

小学生のころ習[illegible]たクラッシックバ[illegible]再開。仕事以外[illegible]がいもでき、仕[illegible]メリハリもしっ[illegible]のラインも引き[illegible]たかも♪ 年末[illegible]会も頑張ります[illegible]

似ている有名人 ベッキー

73 毎日ブログを更新しました!
森下まいさん（メーカー勤務・26歳・東京）

毎日ブログをマメに更新し、アクセス数も1日10万を超えました! ネタを探したり、コメントに返信したり、自分も楽しんで読んでくれている方とのコミュニケーションをとっています。ブログをあげることを意識して生活するので、小さな発見の連続で、毎日充実しています。

似ている有名人 新山千春、山本リンダ

74 ダイエットを続けています!
友結早恵さん（メーカー勤務・25歳・広島）

学生時代、自分の体型はコンプレックスでした。そこで本格的にダイエットをスタート。一番太っていたときよりマイナス18kgに大成功! 好きな服が着られるようになりハッピーです。

似ている有名人 （髪型が）北川景子

75
郷上怜子さん（金融関連勤務・26歳・神奈川）

外部の会社で3ヶ月間研修に出て、海外との輸出輸入に関することを勉強。研修後興味が出たので、外国為替2級の取得を目指し、見事ゲットしました!

似ている有名人 MEGUMI

19page.com

27歳〜29歳読者代表

大人ステディ。25人

最後に「頑張ったこと」を教えてくれるのは27歳以上の大人ステディ.読者代表25人どのコの頑張りに共感する?

76 運動と食事で体質改善!
鈴木小百合さん（会社受付・27歳・東京）

食生活を見直し、バランスのいい食事を心がけました。運動は、ゴルフとヨガを中心に。体重が2キロ落ち、彼からもキレイになったと言われました! 2010年も継続したいです。

似ている有名人 渡辺美奈代

77 ディスプレイを華やかに
竹内満寿美さん（ネイリスト・27歳・千葉）

働いているサロンが華やかになるよう、シーズンごとのディスプレイに力を入れました。ハロウィンやクリスマスの演出はお客様にも好評。スタッフも仕事のやる気がさらにアップ!

似ている有名人 皆藤愛子

78 一人暮らしで健康管理!
小川晶子さん（会社受付・28歳・埼玉）

念願だった一人暮らしを始めて、家事をしっかりとするようになりました。最初は慣れないことが多くて大変でしたが、今では健康管理もバッチリ。いつでもお嫁にいけちゃいます(笑)。

似ている有名人 優香、山田花子

79 結婚をして新生活をスタート!
倉形まなみさん（医療関連勤務・27歳・東京）

ステディ.6月号の誌面にも掲載してもらったのですが、今年結婚をしました。結婚式前は本当にやることがいっぱいで大変だったのですが、無事に式も挙げられ良かったです。一緒に暮らし始めて、料理や家事など意外と家庭的なことが好きで驚きました!

似ている有名人 井上真央、伊藤さおり(北陽)

80 海外ドラマを生音で聞く!
髙木麻依さん（化粧品PR・27歳・東京）

今も続けているのですが、英語の勉強を頑張っています。最初は大好きな海外ドラマを字幕なしで見たいと思い勉強をスタート。最近では、多少ドラマの内容が理解できるように上達してきました。このまま続けて、英語がペラペラになるのが次の目標です!

似ている有名人 観月ありさ、高田万由子

81 婚活に燃えています!
岡部紗也香さん（サービス業・27歳・東京）

友達と一緒に色々な会に登録し、飲み会やイベント、パーティなどに積極的に参加。そして片思いしていた人を忘れ、気持ちが前進したので、次に進めるようになりました!

似ている有名人 相田翔子、福原 愛

82 スポーツを頑張っています!
平川ちひろさん（メーカー勤務・27歳・神奈川）

毎日飲んでばかりいたので「これはイカン!」と心を入れ替え、運動をするようになりました。ゴルフはスコアを50アップし、ジョギングでは9月に富士山駅伝に出場。酸素の薄い5合目付近を完走しました。集中力と忍耐力がついた気がするので来年も続ける予定です!

似ている有名人 北川景子、滝沢秀明

83 白いキレイな肌になりたい!
櫻井佳代子さん（メーカー勤務・28歳・東京）

透明な白い肌に憧れ、美容皮膚科で美白効果のある注射を打ったり、イオン導入機能のある美顔器を購入し、自宅でも励んでいます。でも、あまり成果は出ていないんです(泣)。

似ている有名人
臼田あさ美、くまきりあさ美

84 ブログの毎日更新!
上野真紀子さん（IT関連会社勤務・28歳・千葉）

美容モニターになり、ビューティ関係のアイテムの紹介をするブログの更新を頑張っています。ブロガー同士の交流会などで新しい友達ができ、新作パーティへの参加で世界が広がりました。

似ている有名人
坂下千里子、細川ふみえ

85 TOEICの点数がアップ!
戎子亜紀子さん（製薬会社勤務・27歳・東京）

英会話を習い始め、忙しい日々でも予習復習を怠らずに勉強。おかげでTOEICの点数が4ヶ月で70点アップしました。1年続ければ120点アップも夢じゃない?と引き続き勉強しています。

似ている有名人 [illegible]

86 ベランダ菜園に夢中です
西村 緑さん（医療関連勤務・29歳・兵庫）

ハーブやお花、ミニトマトやラディッシュを自宅のベランダで育てました。おかげで育った食物を使い、料理の幅も広がりました。料理が楽しくなってきたので来年はパン作りにも挑戦予定!

似ている有名人
辺見えみり

87 ユーキャンで資格取得!
林 有里佳さん（食料品店勤務・27歳・東京）

調理師免許を取るためにユーキャンの通信講座に申し込みました。1回目はちゃんと勉強しなかったので、2回目のときは気合いを入れて勉強。合格した証明書を手にした際は嬉しかったです。

似ている有名人 優香、人面魚

88 スポーツに燃えました
阿部美鈴さん（教育関連勤務・27歳・埼玉）

規則正しい生活をしようと思い、あまりしていなかった運動に挑戦。すっかりスポーツにはまってしまい、ジムやランニングをスタート。丸井の主催しているランニングイベントにも参加しました。おかげで体の代謝が良くなり、肌の悩みがなくなりました。

似ている有名人
上戸 彩、さかなクン

89 世界遺産巡りをスタート♪
野中優子さん（保険会社勤務・27歳・千葉）

カンボジアのアンコールワット、タイのアユタヤ遺跡を制覇。仕事の調整や予算の問題で今までいけなかったのですが、ついに夢の実現に向け動き出しました。来年はエジプトに行きたい♥

似ている有名人
菅野美穂、上原浩治投手

90 趣味のピアノで充実!
池田 舞さん（メーカー勤務・28歳・埼玉）

子どもの頃習っていたのですが、長い間やっていなかったピアノを弾き始めました。まだ、腕前は未熟ですが、念願だった曲が少しずつ弾けるように。趣味がひとつ増えたので、毎日が充実しています。来年はサボり気味だった料理も再開させ趣味をまた増やしたい!

似ている有名人 皆藤愛子、北川悠仁(ゆず)

91 体脂肪率を下げた!
杉江明子さん（メーカー勤務・27歳・神奈川）

目標をマイナス3kgにし、週に1〜2回はジムに通っています。体重は目標まであと少しですが、体脂肪率が24%から22%に! 運動をして冷え性も直り、肩こりも緩和しました。

似ている有名人 真中 瞳、安藤美姫

92 イメトレダイエット
斉藤美紀子さん（IT関連会社勤務・27歳・大阪）

「最近やせている」と自分に言い聞かせる、オリジナルのダイエット方法で本当にやせたんです。ちゃんと食事制限もしたのですが、イメトレをする前よりダイエットの効果がありました。

似ている有名人
辻 希美

93 運動で体力を強化!
長野由佳さん（不動産会社勤務・28歳・神奈川）

フットサルやジョギング、ゴルフなどスポーツをスタート。楽しくなり会社のゴルフコンペにも参加し、交流関係が広がりました。また体力がついてきたので、風邪を引きにくい体質に改善しました!

似ている有名人
小動物系、北川景子

94 加圧トレーニング!
津田裕加さん（音楽関連会社勤務・27歳・神奈川）

まだ成果は出ていませんが、トレーナーとマンツーマンで行ない、キャンセルしても料金が戻ってこないので(笑)、加圧トレーニングが続いています。次の夏までにビキニの似合うボディを作りたい!

似ている有名人
ベッキー、トム・クルーズ

95 …に頑張りました!
（…・27歳・東京）

4月からゴルフを習い…
…も家庭的な女性を目指して頑張ります。

似ている有名人
特にいない

96 ダンスでモテる女性に!?
鈴掛友里子さん（IT関連会社勤務・28歳・東京）

ずっと習いたかったダンスをスタート。週に1回はジャズダンスやヒップホップダンスを踊っています。体が引き締まり、姿勢も良くなったので、なんとなく、モテるようになった…かも!?

似ている有名人 優香、アグネス・チャン

97 お金を貯めて増やす!
小林芳美さん（団体職員・27歳・神奈川）

資産運用をしようと、ドルが下がったと思い1ドル105円くらいのとき購入。今や80円くらいまでさらに下がり、完全に塩漬け債権です(涙)。損が出るうちは売らず、じっくり漬ける覚悟です。

似ている有名人 森 泉、瀬川瑛子

98 資格の勉強に頑張りました!
木本 泉さん（不動産会社勤務・29歳・東京）

今の仕事も満足していますが、将来のことを考え、スキルアップを目指し資格取得が目標。仕事が忙しく、夜遅く帰宅しても、毎日数時間勉強するのがマイルール。まだ何の資格かを友達にも言っていませんが、合格したら報告し、シャンパンで乾杯したいです。

似ている有名人
特にいない

99 恋愛と転職活動!
渡辺佳代子さん（映像製作会社勤務・28歳・東京）

まずたくさん人がいる飲み会などを断らないようにし、進んで参加。おかげで彼ができ、オシャレを頑張るように。見た目に気を配ったおかげで、転職も成功。ドミノ倒し状態のハッピーな年に!

似ている有名人 持田真樹、ノッチ(パフューム)

100 集いの場を作ること!
宇野泰子さん（メーカー勤務・28歳・東京）

仕事が忙しい時期に睡眠を削り飲み会に参加! 今考えるとその会を目標に仕事を頑張っていた気がします。おかげで仕事で結果も出せ、友人との絆も一層深まりました。最近自宅を大掃除し、友人を呼べるように。これからは「宅飲み」もやりたいです!

似ている有名人
カエル、ウーパールーパー

19page.com

COVER CLOSE UP!
広末涼子
ブランドアイテム特別付録
両面ポケット付きで使いやすい!
DRESSTERIOR特製
リボン柄
Wポケットバッグ
[W35×H18×D14cm]
オモテ
ウラ
DRESSTERIOR
しゃれに差がつく!
チュチュ」着こなし研究
ーハイ、インヒールなどブーツとタイツやレギンスのコーデテク
流行ブーツおしゃれ講座
崎あおい、長澤まさみ、堀北真希など
名人から人気ショップスタッフまで
おしゃれガールの
お買い物見せて!386
ーク BY マーク ジェイコブスのファー付きパーカ、
herのムートンベスト、シー バイ クロエのPコート、ツモリチサトのモッズコート、
P.C.のファーコート、ポール&ジョー シスターのワンピースなど
スペシャル ブックinブック
エミ、園子、ティアラも大変身!
「ナチュ♥かわ」
ゆるふわヘア&アレンジ
スプリング
12月号 絶賛発売中!!
spring
リボン柄バッグ&ヘアBOOK付き!
特別定価
570
yen
宝島社 http://tkj.jp/spring

キュートな動物にいやされたい!!

今月のZOO

人肌恋しい季節が到来! でも、世間の冷たい風にあたってばかり…というあなたのために、いやしの有名犬をご紹介。可愛いすぎてもうとけちゃいます♥

撮影／中川真理子

今月のお客サマは

CMでも有名「犬泉(イヌイズミ)くん」こと クララちゃん

クララのヒミツ♥教えます

可愛くて個性的な容姿のため、CMデビューも果たし、今やみんなの注目の的のクララ。彼女は6頭兄弟で唯一の女のコのためか、とっても甘えん坊。そんな彼女も今年は出産を経験して一人前に!! 現在はママのジョーと兄弟のバッハとともに、飼い主の獣医夫妻のもとで楽しく暮らしています♥

Profile

種類：ビション・フリーゼ
性別：女のコ
性格：とっても慎重&こわがり
チャームポイント：ふわふわヘア♥
（カツラじゃありません）

Info.

『犬泉くんのふわふわ毎日』

真っ白なアフロヘアで、テレビでも大人気「犬泉くん」のファースト写真集♥

綿あめみたいに柔らかそうで、ふわっ、モコモコのクララの可愛い姿が満載です！兄弟のバッハ&ママのジョーの写真も掲載。見ているだけでいやされる&ビションファンになっちゃうキュートな一冊です。

定価1260円
（主婦と生活社）

19page. com

19pageo.com

チェックしておきたいNEWSなアイテムを毎月お届け!!

Fashion News

いよいよ冬本番! 冬のおしゃれの準備はできた? 今月も、今だけの要チェックのアイテムがたくさん揃いました♪

＊バッグのサイズはタテ×ヨコ×マチをH×W×Dで表記。靴のヒールの高さはH○で表記しています。単位はすべて㎝。(編集部計測)　撮影／深瀬典子

2 華やぎバッグをお探しなら、ルビンローザへ!

(左から)ブロンズっぽい輝きのトートでコーデをおしゃれに。【H26×D25×W13】¥3,980、大きめリボンとキルティングで存分に女のコらしさをアピールできそう。【H20×D35×W12】¥3,980／ともにルビンローザ(ドウシシャ)☎03-3474-6803

1 可愛い&防寒を実現♥ ポール & ジョー シスターのアウター

(左から)大人っぽいシルエットとウールのしっかりした素材は長く着られそう。¥51,450、注目のアイテム・ポンチョは使いやすいカラーでトライしてみて! ¥26,250、ポール & ジョー シスターの日本上陸1周年を記念したネックレスは、ネコのペンダントトップがキュート。¥8,295／すべてポール & ジョー シスター(ルック)☎03-3794-9146

Information

期間限定のコートフェアを開催!

ポール & ジョー シスターの全国のショップでは、10月30日(金)～11月12日(木)までの間コートフェアを開催。期間中にコートを買うと、数量限定のオリジナルタンブラーをゲットできちゃいます。今シーズンの"コスモキャット"をプリントした限定デザインだから、今すぐお店に急いで!

毎日着たい 組曲の鉄板アイテム!

(左上から時計回りに)千鳥柄のダッフルコートは子どもっぽすぎないデザインがうれしい。¥39,900、パールつきのカーデとボーダーのニットは1枚で着てもOKの便利なセットニット。¥12,600、組曲発のキャンドルは、ローズの香り。キャンドルの中からクローバーのチャームが出てくる、サプライズも!【11月下旬店頭展開】¥4,200／すべて組曲(オンワード樫山)☎03-5476-5811

5 大人気のアニエスベー ボヤージュ「ab.♥」から新作をお届け!

(左から)人気のab.♥ロゴを大きくプリントした、インパクト大のコットントートシリーズ。中のポケットも充実しているから、デイリーに使いやすい! ブラック【H29×W35×D16】¥8,925、パープル¥7,350【H22×W27×D15】／ともにアニエスベー☎03-6229-5850

3 テチチの冬アイテムでお嬢さんコーデ完成♥

(左から)オレンジのカーデは、あたたかみのある色で顔映りも◎。¥6,195、コサージュつきのパンプスで、足もとを可愛い印象に!【H4cm】¥8,190、アイボリーとドットがどこかレトロなワンピース。共布のリボンベルトつき。¥14,490／すべてテチチ(キャン)☎0120-112-961

19pages.com

7 SEE BY CHLOÉの クリスマスコレクション!

(左端バッグ) RING AROUNDコレクションのバッグは持ち手についた4つのリングがポイント。¥75,600、LOGO CRYSTALの小物はゴールドのロゴに注目。(小物上から順に) ジップウォレット(大)¥27,300、フラップウォレット ¥28,350、ジップウォレット(小)¥24,150、"BACK STAGE"コレクションは華やかなメタリックカラー。ゴールドとピンクの2色展開。(右上) バッグ¥67,200、(バッグについた) パスケース¥14,700、キーリング (SMILY STAR) ¥12,600、(小物左から順に) フラップウォレット¥24,150、ジップウォレット¥25,200、カードケース¥14,700／すべてシー バイ クロエ (クロエ インフォメーションデスク) ☎03-4335-1750

Information

シー バイ クロエがクリスマスパーティを開催!

シー バイ クロエでは、クリスマスコレクションのデビューを記念して一夜限りのスペシャルパーティ"★SEE BY CHLOÉ X'mas Star Carnival★"を開催! 11月20日(金)までの間にシー バイ クロエ店頭でお買い物をすると、特別なモバイルサイトをご案内。そこから応募が可能です。詳しくはシー バイ クロエモバイルサイト (http://sbchloe.jp) でチェックしてみて。

6 時計なら、アクセ感覚の サン・フレイムがオススメ!

(左から) ピンクゴールドはガーリーな雰囲気に。星のチャームのブレスレットとセット。¥3,990、シルバーの丸い文字盤のタイプはいろいろな雰囲気に対応可能。こちらはハートのブレスレットとセット。¥3,990、オーソドックスなタイプの時計は、文字盤のハートでさりげなくフェミニンに。¥3,129／すべてサン・フレイム☎03-3845-3206

8 ガーリーカジュアルなら ピンカールにお任せ♥

(左から) ネイビーのベーシックなニット。胸もとにスパンコールがちりばめられているから、地味になりすぎません。¥6,930、もはやお仕事ガールの定番となったティアードスカートは、白で冬ならではの着こなしを。¥7,980、グレーのワンピはスタッズつきでちょっぴりロックなテイストをプラス。¥15,750／すべてピンカール 0120-282-337

Report アース ミュージック&エコロジーが 10周年記念イベントを開催!!

今年10周年を迎えるアース ミュージック&エコロジーが9月23日(水・祝)に、ラフォーレ原宿でイベントを開催! その模様をちょっとだけレポートしちゃいます。

トークショーでファッション トークも盛り上がり!

今宿麻美さんや矢野未希子さんら、アース ミュージック&エコロジーの歴代のイメージキャラクターを迎えてトークショーを開催。新作アイテムについていろいろなトークが交わされました。

みっこもランウェイで ショーに参加したよ!

アースのアイテムを着用し、みっこもファッションショーに参加。みっこがウォーキングで客席近くまで歩いてくると、拍手や声援で盛り上がっていました!

会場はたくさんの人!

会場のラフォーレミュージアム原宿は多くのアースファンで大混雑! 会場では、記念アイテムの先行発売も行われ、アニバーサリー気分をみんな満喫していた様子。

トークショーのほかにも多彩なコーナーが盛りだくさん。ショーのようなパフォーマンスやお笑い芸人さんによる漫才など、約2時間のイベントはあっという間!

みっことアース ミュージック&エコロジーのプレス・中村さんのオフショット。みっこが着ているTシャツは、10周年記念アイテムのうちのひとつ。フラワープリントが可愛い!

9 いつもより 大人な女子を目指すなら スウィーナ♪

(上から) トレンドのミリタリーテイストをさりげなく取り入れたウールコート。¥24,990、1点でコーデを華やかにしてくれるワンピ。¥11,991、ノーカラーのデザインはカーデから挑戦してみるのも◎。¥13,996／すべてスウィーナ by アース ミュージック (アース ミュージック&エコロジー スーパー プレミアム ストア 六本木) ☎03-5770-5050

19page.com

生涯学習のユーキャン U-CAN

通信講座 女のコのための 全80講座 カタログ!

ユーキャンの通信講座は、好奇心旺盛な女のコたちのハートをくすぐるラインナップ!
まずは気になる講座を2つ選んでハガキをポストへ。
10日前後で詳しい案内資料(無料!)が届きます。

ジャンル… 資格 特技 趣味

お手軽度…★の数が多いほどお手軽です。(5点満点)

標準学習期間

C®テスト(注1)
0点突破の
磨かれます!
★★
3・4カ月

英会話
難しい単語を知らなくても気軽に話せます。
★★★★★ 3カ月

ケアマネジャー★
ステップアップに! 要実務経験5年又は10年以上。
★★★ 3〜6カ月

インテリアコーディネーター
あなたの感性が活かせるインテリアの専門家。
★★ 8カ月

旅行業務取扱管理者
旅行好きのあなたにピッタリの国家資格です。
★★ 4〜8カ月

人気・安定度の高い有望技能
医療事務
働き方を自由に選べるので女性に人気! わずか6カ月で実力養成。
★★★ 6カ月

ニーズの安定した経理の定番資格
簿記(3級 2級)
簿記は経理に欠かせない技能。検定合格の実力をやさしく養成!
★★★ 4・6カ月

福祉住環境コーディネーター(2・3級)
福祉と住まいを総合的にアドバイスするプロ。
★★★ 6カ月

漢字検定
漢字に親しみながら検定合格の力が養えます。
★★★★ 6カ月

調理師★
実務経験のある方のための合格指導講座です。
★★★ 6カ月

フラワーアレンジメント
生花をあしらった素敵な12作品がやさしく作れます。
★★★★★ 12カ月

料理
料理の基本や定番メニューを楽しくレッスン。
★★★★★ 8カ月

法書士
が有望! 不動産・
の専門家。
★
5カ月

英語翻訳
翻訳のテクニックをやさしく楽しく習えます!
★★★ 6カ月

楽しく実践的な速習講座
ボールペン字
よく使う文字からキレイにする上達法! 早く上達する工夫がいっぱい!
★★★★★ 6カ月

お手軽&お手頃なのがイイ!

ユーキャンは「習い事を始める時間&お金がない!」という方にぴったり。自宅でマイペースにレッスンできて、学費はお手頃♥教材・用具一式セットなうえ分割払いもOKなので、気軽に始められます。

フランス語会話
使えるから楽しい! 会話で覚えるフランス語。
★★★★ 3カ月

手編み
手編みで個性豊かなおしゃれが楽しめます。
★★★★★ 12カ月

韓国語会話
1日30分、CDを聴いて答えるだけのレッスン!
★★★★ 3カ月

パソコン入門
お持ちのパソコンをもっと楽しみたい方に。
★★★★★ 2カ月

ファイナンシャルプランナー
金融業界でぜひ取得したい注目度の高い資格。
★★★ 6カ月

話し方
1日15分のレッスンで、上手な話し方が身につきます。
★★★★★ 3カ月

工事士(二種)
関係で活躍する
スト資格。
★★
3カ月

デッサン
絵画が自在に描ける力が着実に身につきます。
★★★★★ 6カ月

カリグラフィー
美しいアルファベットで素敵なカードが作れる。
★★★★★ 10カ月

気象予報士
初歩から学んでお天気のスペシャリストに!
★ 8カ月

速習筆ペン
実用的で手軽な筆ペンをやさしくレッスン。
★★★★★ 6カ月

センスアップして資格取得も
カラーコーディネート
★★★ 6カ月

介護事業の運営に不可欠な有望スキル!
介護事務
介護報酬請求業務やケアマネジャーのサポートを行なう注目スキル。
★★★ 4カ月

ビーズ&シルバーアクセサリー
純銀とビーズで華やかアクセサリー作り。
★★★★★ 6カ月

速読
3カ月で読む速度3倍を目指す! 時間活用に効果的。
★★★★ 3カ月

色えんぴつ画
親しみやすい色鉛筆で、手軽に楽しく描けます。
★★★★★ 6カ月

ヨガ&ピラティス
ご自宅で手軽に楽しめて、心も体もしなやかに。
★★★★★ 6カ月

宅建取引主任者
不動産取引の専門家。効率よく合格力を養成。
★★ 6カ月

19page.com

仕事に役立つ資格♡夢に近づく特技♡自分を磨く趣味

実務知識や技能が身につく
歯科助手
歯科医のアシスタントとして活躍できます。ニーズも安定。
★★★★ 5カ月

調剤薬局事務
調剤薬局で必要なスキルを4カ月で養成!
★★★ 4カ月

介護福祉士★
実務経験3年以上の方向けの合格指導講座。
★★★ 6カ月

POPデザイン
お店を楽しく演出する広告作りをレッスン!
★★★★★ 6カ月

心理学入門
暮らしに役立つ実践心理学が楽しめます。
★★★★★ 6カ月

イラスト
個性をのばしてプロの技法も習えます!
★★★★ 6カ月

マイクロソフト認定資格(MOS・MCAS)
仕事で役立つワードやエクセルスキルを認定!
★★★★ 1〜4カ月

校正
出版・印刷業界などで活かせる技能です。
★★★★ 6カ月

サービス介助士(準2級)
ホスピタリティの心を育む注目資格!
★★★★ 4カ月

社会保険労務士★
将来性のある人事労務のコンサルタント資格。
★ 7カ月

手話入門
注目の手話を映像とテキストで楽しくレッスン。
★★★★ 3カ月

ますます需要が高まる重要職
管理栄養士★
予防医学のために社会的ニーズとなった栄養管理を実行する専門職
★★ 10カ月

点字・点訳入門
福祉社会に、価値ある技能「点字」をあなたも。
★★★★ 6カ月

日商PC検定(3級)
オフィスで役立つパソコン技能を証明する資格!
★★★★ 2〜3カ月

12カ月の指導で合格力を養成!
保育士★
保育所などで活躍。心優しいあなたにピッタリの人気の仕事です。
★★★ 12カ月

初めてにやさしいのがイイ

ユーキャンの受講生の多くは初心者。専門用語をわかりやすく説明しているのはもちろん、DVDやCDなどの副教材が付いているものも。たくさんの受講生に接してきたからこそわかる、独自のノウハウがジマン!

童話
私塾感覚で夢あふれる童話が楽しく作れます。
★★★★★ 12カ月

書道
今度の年賀状はあなたもぜひ美しい毛筆で。
★★★★★ 12カ月

通関士
輸出入に際し手続きを行う通関のプロ。
★★ 6カ月

衛生管理者★
職場の衛生管理を守る。転職・再就職に有利な資格。
★★★ 4・6カ月

証券外務員(二種)
金融機関や証券会社への就・転職に役立つ。
★★★ 3カ月

英語検定(3・4級 準2級)
英語力の証明!CDでリスニング力を強化。
★★★★ 6・4カ月

手厚いサポートがイイ!

丁寧な添削指導や質問回答だけでなく、独学では入手しづらい法改正情報などを載せた会報もお届け! WEBサービス「学びオンライン」では、メール質問や受講生同士の情報交換もできちゃいます♪
※一部会報を発行していない講座があります。

美しい字をやさしくレッスン
楽しいボールペン字
美しい文字を、お習字的にやさしくしっかり習えるボールペン字講座。
★★★★★ 10カ月

パッチワーク
材料付きで素敵な作品づくりが楽しめます。
★★★★★ 12カ月

花のねんど手芸
やわらかい樹脂ねんどで素敵な花が作れます。
★★★★★ 12カ月

ビーズアクセサリー
上質なビーズで楽しむアクセサリー作り。
★★★★★ 6カ月

賞状書法
美しい賞状が正式に書ける!役に立つ書の技能。
★★★★ 8カ月

国語の常識
知らぬままでは恥をかく、国語力をアップ!
★★★★★ 6カ月

若年者就職対策
働く上で必要な能力がやさしく磨かれる。
★★★★★ 1〜2カ月

絵手紙
絵が苦手でも大丈夫!気軽に楽しむ大人の趣味。
★★★★★ 6カ月

独立開業を目指す方に
行政書士
役所などへ提出・申請する文書作成の専門家。独立開業で安定収入も。
★ 6カ月

販売のプロとして活躍する第一歩!
販売士
流通・小売業界で活躍する第一歩に! 合格の実力をやさしく養成。
★★★ 4・5カ月

危険物取扱者
多くの職場で活躍!需要も高い期待の資格。
★★★ 5カ月

資産運用入門
内藤忍さんが初心者向けの資産運用法を伝授。
★★★ 4カ月

中国語会話
楽しく習える中国語会話CDレッスン!
★★★★ 3カ月

中小企業診断士
経営コンサルタントとして唯一の国家資格。

マンション管理士・
8カ月で注目の2資格合格できる力を養成
★★ 8カ月

(注1) TOEIC is a registered trademark of Educational Testing Service (ETS). This product is not endorsed or approved by
※★印の資格は、実務経験や学歴、実技講習などが必要になります。詳しくはお届けする案内資料でご確認ください。
※記載されている講座内容は予告なしに変更する場合がございます。 ※修得の度合いや速度には個人差があります。

右のハガキを今すぐポストへ!

インターネット お電話でも 資料請求OK!

●パソコン&携帯《iモード・EZweb・Yahoo!ケータイ》からは
www.u-can.co.jp/m9116
●通話料無料。携帯・PHSからもかけられます。
0120-314-888 (6:00〜22:00)
※お電話の際には、ご覧の雑誌名とR⑪係をお申しつけください。

環境によっては読みとれない場合がございます。

詳しい案内資料 無料でさしあげます!

ご希望講座の案内資料は、お申込み後10日前後でお届けします。

生涯学習のユーキャン
〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-2-38

ユーキャンは個人情報を厳重に管理します。
ご記入いただく情報はユーキャンからの各種ご案内、ご連絡、お知らせに利用し、同意なく第三者に個人情報を提供することはございません。詳しくはホームページでご確認ください。

最終回

大人気のみっこ連載もついに最終回です！

みっこの「新作、コレ欲しい♡」

創刊から続いたみっこの新作発表会レポート企画も、今月号でついに最終回！「3年間、読者のみなさんをはじめ、取材先のプレスの方々にも本当にお世話になりました！　これからもよろしくお願いします」（byみっこ）

To b.by agnès b. ナイトショッピングパーティ

青山のパーティ会場は大賑わい☆

人気モデルたちもゲストで出演！

10月2日　タレントやゲストで大盛況のアニエスベーパーティをパパラッチ

今年の8月末、日本の若い女のコ向けに誕生したアニエスベーのニューライン「トゥービー バイ アニエスベー」。今回はアニエスベー青山店で開催されたナイトショッピングパーティにお邪魔してきました♪

プレスの久保さんからも「ぜひみっこちゃんもお越しください！」とラブコールを受けておりまして（ありがとうございます！）、楽しみにしていた今日のパーティ。会場は招待された300名（！）のお客様たちや、ゲストモデルのコたちで大にぎわい。この日は全商品が30％オフになったり、お得な限定キット（なんと¥12180→¥3990に！）が発売されたりと、スペシャルプライスのアイテムが盛りだくさん。さらに特別に3名のお客様に、すでに着用しているコーデに加えて、トゥービー バイ アニエスベーの服を1点追加してスタイリングアドバイスをするというイベントも♪

見所満載で楽しい時間がすごせたナイトパーティ。また開催する際には、ぜひ呼んでくださいね♥

レストローズ Winter&Early Spring Collection

レストローズからなんとエプロンも登場

ローズ柄ワンピは大人気の一着です！

オリジナル花柄のクマのぬいぐるみ♥

10月7日　女のコの「可愛い♥」がギュッと詰まったアイテムが満載♪

花柄やリボン、フリルなど、女のコらしいアイテムがお得意なレストローズ♥ みっこも撮影のときによく着るけれど、着るだけで優しい気持ちになれるのはレストローズならではです。

「ブランドコンセプトはノスタルジックスピリッツ。懐かしくて優しいディテール感を生かしつつ、女性らしく着こなせることを念頭に置いてデザインしています。うちのお客様は、ほかのブランドにはない「可愛らしさや女性らしさ」を求めなに辛口なアイテムでもどこかに女のコらしい要素をプラスしたアイテム作りを心がけています」（プレスさん談）。

トレンドのライダースジャケットにもフリルがトッピングされていたりと、1枚で甘辛ミックスが完成できるアイテムが多く、ブランドのこだわりを実感。さらに驚いたのが、冠婚葬祭用の袱紗（ふくさ）も発売されるということ！ 見た目だけでなく、内面から女性らしくなりたいなら、レストローズは絶

アナ スイ コスメティックス Spring Collection

人気アイテムのリップスティックが進化！

アナ スイのロゴ入りドラムも登場！

圧巻の30色カラーバリエーション

10月19日　デコラティブにドレスアップした、春の新作ルージュ♪

アナ スイさんから届く発表会の招待状は、いつもとってもキュートで個性的☆ 今回の招待状には、なんとエレキギターのピックが付いておりまして……♪

期待に胸を膨らませてお邪魔した発表会。会場は麻布十番のとある地下に入ったおしゃれなクラブ☆ ちょっとダークなライティングの中、スポットライトが当たったステージ上には「ANNA SUI」と書かれた特別なドラムセットとエレキギターが！

「リップ ルージュ」を中心に、キュート&ロックなアイテムが勢ぞろい！ 特にルージュは、パッケージもデコラティブにドレスアップし、30色とカラーバリエも充実。オススメは「ロッキングパープル」というゴージャスなカラー。ファッショントレンドでもある80'sコーデの仕上げに、このルージュをオススメします」（プレスさん談）。

ロックな洋服とアナ スイのルージュで、春はおしゃれにトータルコーデを楽しみたいな♥

Mikko's Profile

本名・矢野未希子。みっこの愛称で親しまれるsteady.のスターモデル！ 愛くるしい表情と親しみやすい性格で、読者からだけでなくスタッフからも大人気！

モデル／矢野未希子
コラージュ／芳賀歩知

Private Scoop!

デザイナーみっこをパチリ☆

みっこデザインジュエリー、初お披露目しちゃいます!

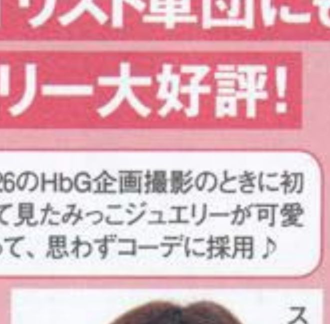
先月号の連載内でもアナウンスしましたが、みっこデザインジュエリーがついに完成! とても素敵に仕上がって大満足。ご協力いただいた方々、ありがとうございました!

大人の女性にぴったりな華奢なサイズ感にこだわりました。10金でダイヤが4つも入っているのに、¥15,750という夢のプライスが実現!

オンオフ両用で使えるのもポイント! どんな洋服にもあうデザインだから、P.26で着用したHbGのカジュアルコーデのほかにも、お仕事コーデにもOK♪

steady.スタイリスト軍団にもみっこジュエリー大好評!

P.26のHbG企画撮影のときに初めて見たみっこジュエリーが可愛くって、思わずコーデに採用♪



みっこは私服もおしゃれだから、このジュエリーもすごくセンスがいい! 私も欲しいです(笑)♥

ケータイでアクセス!

みっこジュエリー公式販売サイトはこちら!

docomoの方は

au.softbankの方は

次号では、みっこジュエリーのsteady.限定デザインも発表予定。最新情報を知りたい人は、上のQRコードからアクセスしてみてね♪

今日1番の「コレ欲しい♥」は?

数量限定のスペシャルキット

この日のためだけに20個の数量限定で発売されたスペシャルキット。¥12,180→¥3.990というプライスで即日完売!

会場はおしゃれな人たちでいっぱい♪

人気モデルさんや、有名美容師の奈良さんなどもゲストで出演!

招待客の中から特別に3名の方にスタイリングアドバイスも。

楽しいイベントが盛りだくさんでした!

DJイベントもあり、みっこも思わず大はしゃぎ(笑)♥

アニエスベーのオリジナルワインも登場! 美味しかったよ♪

今日1番の「コレ欲しい♥」は?

ファーティペット付きウールコート

取り外せるファーティペット付きのコート。ポケット部分に施されたリボンがキュート♥ ¥44,100／レストローズ

冠婚葬祭アイテムも大充実で驚き!

結婚式のお呼ばれにもぴったりなパーティワンピも大充実!

アパレルブランドでは珍しい、袱紗も登場(商品は変更の可能性があります

今年注目のツイード素材のアイテムも続々!

上品な印象を与えてくれそうな、チェック柄×ツイードワンピ。

steady.のスタイリストさんたちもイチオシのツイードジャケット。

今日1番の「コレ欲しい♥」は?

アナ スイ コスメティックスの新作リップ ルージュ D270

アナ スイ リップ ルージュ D270（ロッキングパープル）【1月7日発売】¥2,940／アナ スイ コスメティックス

アナ スイさんイチオシのカラーをお試し♪

アナ スイのナビゲーターさんにメイクもしていただきました☆

キュートなプレス藤田さんイチオシのカラーは「ロッキングパープル」。

[illegible]

ステージにはエレキギターも展示されて、ロックムードを演出していました。

キラキラのミラーボールでデコレーションされたリップ ルージュのパネル。

19page.com

19page.com

＼利用者100万人突破！／

モバイルコンテンツ部門優秀賞

わたしはケータイで
カンタン生理日予測

女性は、
体調管理が大変……

サイトでチェック
「今日のお告げ」でカンタン体調管理！

ルナさんへ
今日のお告げ

◆次の生理予定日◆
11月30日ごろ
◆次の排卵予定日◆
11月15日ごろ
☆・・*・・*・・*・・☆
生理の平均周期は35日。
周期の変動は0日です。

◆今日の妊娠可能性◆

◆妊娠可能性【高】
11/9〜11/19頃
◆妊娠可能性【やや高】
11/20〜11/23頃
◆妊娠可能性【中】
11/1〜11/5頃
11/24〜11/29頃
◆妊娠可能性【低】
10/25〜10/30頃
※妊娠可能性について
☆・・*・・*・・*・・☆
お肌指数
>>下降期<<
ﾀﾞｲｴｯﾄ効果指数
>>少しﾑﾀﾞな時<<
ｷﾚｲ指数
>>甘味を摂取<<
ｶﾗﾀﾞ♥指数
>>衝動も感度も絶好調<<

生理予定日を一目で確認できる！

過去の生理日を入力すれば、次の生理予定日や排卵予定日を予測して教えてくれます。使い続けるほど予測精度が上がり、生理周期から今日のお肌の調子やダイエット効果の出やすい時期も分かります。

安全日・危険日を教えてくれる！

あなたの生理周期に基づいて、妊娠の可能性が高い日・低い日を導き出します。4段階表示で、とっても分かりやすい！

毎日配信！キレイ指数＆カラダ指数

さらに、美容・健康を保つための秘訣をアドバイスしてくれるキレイ指数やパートナーとの関係に役立つカラダ指数を毎日配信しています。

キレイ指数
☆甘味を摂取☆

ホルモンバランスにより、甘いものが食べたくなる様子。甘味は、不安な気持ちを和らげてくれるので、食べ慣れたものを食べてみて。

←戻る
0ﾙﾅﾙﾅ★女性の医学TOP

カラダ♥指数
☆衝動も感度も絶好調☆

エストロゲン、テストステロン値はまだ高く、衝動も感度も高め。本能レベルで良質なDNAを持つ相手を求めてしまうかも。

←戻る
0ﾙﾅﾙﾅ★女性の医学TOP

大切な日に限って
生理が……

メールでお知らせ
「たまご＠メール」で気になるあの日をしっかりチェック！

ルナさんへ

☆-*-*-*-*-*-*-*-*-☆
次の排卵予定日
11月15日（日）頃
次の生理予定日
11月30日（月）頃
☆-*-*-*-*-*-*-*-*-☆
※もっと詳しい情報は
★今日のお告げ
http://lnln.jp/˜tm
※ﾊﾟｹｯﾄ通信料別途

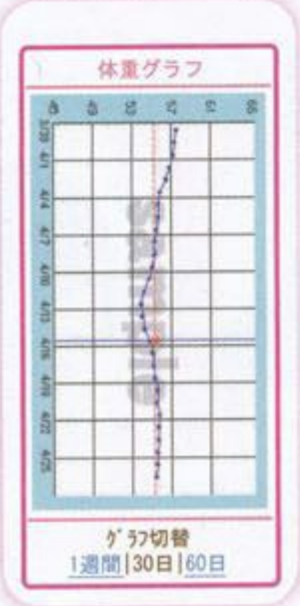
ルナルナ★女性の医学

忘れがちな生理日・排卵日を「たまご＠メール」でお知らせ！

生理予定日3日前、排卵予定日の1週間前にメールでお知らせします。

ダイエットも
うまくいかない……

グラフで分かりやすく
「体重グラフ」でダイエットを楽しくサポート！



挫折しがちなダイエットも毎日楽しく続けられる！

体重の変化を分かりやすくグラフ化。1週間、数か月単位で、体重の推移が一目で確認できます。

人に聞けない
女性の悩みを
サポート！

詳しくはこちら ⇨ http://lnln.jp/?d

アクセス方法

■iモード：月額189円（税込）／iMenu ⇨ メニューリスト ⇨【生活情報】健康/ビューティー/医学 ⇨ 健康
■EZweb：月額180円（税込）／au oneトップ ⇨ カテゴリ（メニューリスト） ⇨【生活情報】住宅・健康・暮らし ⇨ 健康・医学
■Yahoo! ケータイ：月額189円（税込）／メニューリスト ⇨ くらし・健康 ⇨ 健康・医療

LUNA・LUNA ルナルナ 女性の医学

※利用規約・個人情報保護方針をよくお読みの上、ご利用ください。
※ご利用には月額利用料の他にパケット通信料がかかります。

※「iモード」は、株式会社NTTドコモの登録商標または商標です。
※「EZweb」は、KDDI株式会社の登録商標または商標です。
※「Yahoo!」は、米国Yahoo! Inc.の登録商標または商標です。

【お問い合わせ】 株式会社エムティーアイ 〒163-1435 東京都新宿区西新宿3-20-2東京オペラシティタワー35F Tel:03-5333-6499

steady.

Present

12月号のプレゼント

スペシャルな新作ウォッチを10名様にプレゼント!!

早いものでもう11月。クリスマスももう目前!! ということで、今月はスペシャルな時計のプレゼントをお届けします♥ steady.読者の憧れブランドばかりだから見逃せない!

撮影／中村圭介

フォッシル

FOSSILの キラキラウォッチ

ピンクのクリスタルがゴージャスな印象。ON、OFF使えるリッチなウォッチです。

A (1名様)

大きめの文字盤で使いやすさもピカイチ。ES2441¥11,550／フォッシル

問株式会社 フォッシルジャパン ☎03-5992-4611

ヨンドシィ

4℃の ジュエリーウォッチ

クリスマス仕様のキラキラウォッチ。これで、大人の女性らしさをアピール♥

問エフ・ディ・シィ・プロダクツ ☎03-5719-3266

B (1名様)

1つは持っていたい華奢でエレガントなジュエリーウォッチ。オープン価格／4℃(エフ・ディ・シィ・プロダクツ)

アニエスベー

agnès b. の ハートモチーフウオッチ

あこがれブランドアニエスベーから、大人気シリーズののウオッチをプレゼント

C (1名様)

左柔らかでマットな質感がスタイリッシュ。カッパー×ピンクゴールドプレーティング¥29,400／アニエスベー

D (1名様)

中ゴツゴツしたハートで甘すぎない大人っぽさが魅力。ゴールド×シャンパンゴールドプレーティング¥29,400／アニエスベー

E (1名様)

右12時位置の赤いハートがキュートなアクセント!! ホワイト¥24,150／アニエスベー

問セイコーウオッチ㈱お客様相談室 0120-061-012

スカーゲン デンマーク

SKAGEN DENMARK の大人ウォッチ

スタイリッシュなデザインで大人気のスカーゲン。ブレスのような繊細さに♥

F (1名様)

G (1名様)

キラキラの文字盤にもときめきます。左¥14,700、右¥13,650／ともにスカーゲン(スカーゲン東京オフィス)

問スカーゲン東京オフィス ☎03-5496-4318

カシオベイビー ジー

CASIOの新色 「Baby-G」

ころんとしたフォルムが可愛らしいベイビー ジーをプレゼント!

H (1名様)

I (1名様)

ホワイト、ピンクを基調にした上品なデザイン。各¥23,100／ともにカシオ

問カシオ計算機お客様相談室 ☎03-5334-4869

シチズン キー

CITIZEN「Kii:」 アンティーク風ウオッチ

ブレスレットのように華奢で洗練された大人のウオッチ。

J (1名様)

さりげないデイリーなアクセサリーとしても身に着けたい! AU17-1071F¥21,000／kii:(シチズン)

問シチズンお客様時計相談室 ☎0120-78-4807

steady.の定期購読を始めませんか?

○ 毎号発売日に合わせて配達します
○ 特別定価号も通常価格でお求めいただけます
○ 売り切れの心配がありません

今すぐお申し込みを
〔お申し込みの方法〕
PCから▷▷▷http://www.fujisan.co.jp/steady.
モバイルサイトから▷▷▷http://www.fujisan.co.jp/m/steady.
年間購読料7,968円(1年間12冊・送料込)
半年間購読3,984円(6ヶ月間6冊・送料込)
各誌年間購読のお申し込みは雑誌のオンライン書店Fujisan.co.jpとなります。お申し込みはFujisan.co.jpの利用規約に準じます。

プレゼントの応募方法はこちら! 12/5〆切

このページで紹介したアイテムをプレゼントいたします! 応募方法は、宝島社のアンケートサイトでご登録の後、行なってください。バーコード対応の携帯電話をお持ちの方はQRコードを読み取る方法で応募ができます。また、パソコン、バーコード非対応の携帯電話をお持ちの方は、以下のURLよりアクセスしてください。

*雑誌公正競争規約の定めにより、この懸賞に当選された方は、この号のほかの懸賞に当選できない場合があります。また、当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきますので、予めご了承ください。

✻ http://ad.tkj.jp/e/steady0912

アンケートに回答するには、宝島社アンケートサイトの会員登録が必要です。登録された個人情報はプレゼントの配送、アンケート集計についてのみに使用し、そのほかの目的のためには一切使用しません。宝島社のプライバシーポリシーについては以下のURLをごらんください。

✻ http://tkj.jp/privacy/

19page.com

露宴&二次会からガールズパーティまで
PO別ドレスコーデ
夜を彩る美女コスメが続々登場
大人のための
ラキラ★メイク
月のカバーガール
花
ブランドアイテム特別付録
キットソン
スパンコールポーチ&
キラキラミラー
2個セット
kitson
kitson
キュートなギフトBOXにも注目!
クリスマスおねだり
ジュエリー図鑑
誰よりも可愛くなりたい女子、必見です!
真冬の着こなし
何でも
Q&A
香、岩堀せり、竹下玲奈、紗耶ほかモデルから
タイリスト、プレスまでおしゃれリーダーがお悩みを解決!
&バッグ、ストール、ハット、イヤーマフほか
大人買い! オール1万円以下の冬小物
特別定価690円
28歳、一生“女の子”宣言!
sweet
予告] スウィート12月号 11月12日(木)発売! 宝島社 http://tkj.jp
※内容、定価は変更になる場合があります。

19page.com

マツコ・デラックスのイイ女養成講座

マツコ・ヨットスクール

Lesson 37

女優とは本来、並の女にはなれなかった生き様を見せつけるもの

鬼の首を取ったかのような沢尻バッシングには首をひねります

まずみなさんに誤解しないでいただきたいのが、アタシは沢尻エリカさんという女優のことは好きでも嫌いでもありません。が、それはまだキャリアの浅い女優としての側面を言ったもので、今後の女優としてのポテンシャルを踏まえた場合は、とても好きな存在になります。

そこで、アタシがまるで沢尻さんをひいき目に見て擁護しているかのようにとらわれては心外なのですが、〝沢尻エリカ、所属事務所から解雇〟を受けて、まるで鬼の首でも取ったかのように、トークゲストで番組出演した際の素行の悪さを延々と語る、『おもいっきりDON!』での中山秀征さんを見るにつけ、やはりアタシは擁護派に回らざるを得ません。

そんなに文句があるのならば、「仕事場であの態度は何だ!」と、次の日にでもネタにすればいいものの、事務所を解雇されたことを受けての暴露トークは、守られるものがなくなった者への攻撃、弱い者いじめ以外の何ものでもありませんし、それが、自分はちゃんと守られた上での発言なのですから、アンフェアにもほどがあります。

以前この連載の中で、『週間文春』が毎年行うウ○コ企画、〝女が嫌いな女〟の2007年版において、沢尻さんが一位になったことをお伝えしたことがあります。例の「別に――」騒動の直後に行われたことも手伝ってか、アンケートに答えた1000人中386人の得票で、ぶっちぎりの一位だったのですが、その際、沢尻さんに投票した女たちのコメントもまた、言葉に詰まってしまうぐらい愚かであったことを思い出し、今でも悲しくなってしまうのです。

29歳の製造業OLは、「『1リットルの涙』で号泣して次の日、目を腫らして会社に行ってたのに。涙を返せ! クソガキ! ってのが本音です」とまくし立てていたのですが、次の日まで腫れが引かないほど泣かせてくれる女優なのであれば、それはそれとして評価すればいいことではないですか。品行方正な生娘のような女優では、人を心底震わせる演技などできるはずがありません。

男にも女にも嫌われた彼女は、たぐい稀なる存在だったのではないでしょうか

女の敵は女。まさにそんな言葉が浮かんでくるのですが、沢尻さんの場合には、中山さんのみならず、男の味方も少ないようです。『BUBUKA』が行った、〝好きな女優・嫌いな女優〟アンケートの結果を受けてのコメントを求められた際、胸くそ悪いというよりは、薄気味悪さを覚えたことがあります。

好きな女優の一位になった長澤まさみさんを選んだ読者の大半が〝美しいから〟と答え、嫌いな女優の一位になった、沢尻エリカさんを選んだ読者の大半が、〝怖いから〟と答えたそうです。嫌な部分をひた隠しにしているのかすべてをさらけ出しているのかなどということは一切考えることなく、チン○直結な男の性を暴いたところでどうすることもできないのですが、沢尻さんが四面楚歌であることは間違いありません。

それに追い打ちをかけたのが、キナ臭いハイパーメディアクリエーターとやらとの交際で、ここだけは、沢尻さんの男を見る目のなさが露呈したとしか思えないのですが、男に喰わせて貰う必要もない彼女が、ろくでもない男と付き合ったとて、ろくでもない男であればあるほど芸の肥やしになったりもするのが女優というもので、全く無駄な経験ではないのです。

沢尻さんに限らず、女優とは、美しい容姿、見事な演技だけを見せる存在なのではなく、その裏に潜む、並の女にはなれなかった業の深さ、生き様を見せつける存在なのです。そんなたぐい稀なる鑑賞物を、軽薄極まりない倫理観とやらで葬り去ってしまった時、女優という生き物は、この国から消えてなくなってしまうことでしょう……。

男と女の事件簿

沢尻エリカ、所属事務所から解雇

女優の沢尻エリカが、所属事務所から解雇された。沢尻が海外から帰国しての話し合いの後、事務所側は最終的な契約解除通告を送付、HPからも削除した。夫の高城氏が弁護士を立てて取り消しを主張したが、事務所側は、沢尻が過去の素行不良に加えて、新たに重大な契約違反が発覚したとして解雇に踏み切った。

（2009年10月のニュース）

マツコ・デラックス

美容師や雑誌編集者を経て、現在はコラムニストとしてエッセイの執筆、テレビコメンテーター、トークショーなどで活躍している。現在、MXテレビ「5時に夢中」(月〜金曜17:00〜) の月曜レギュラーとして出演中。

撮影／［人物］下村しのぶ（Kanaria）、［背景イメージ］多田 寛（REV INC.）

お気に入りブランドで、オシャレな1年に!

各ブランドの個性あふれるオリジナルデザイン!

2010年 大人気ブランド 手帳

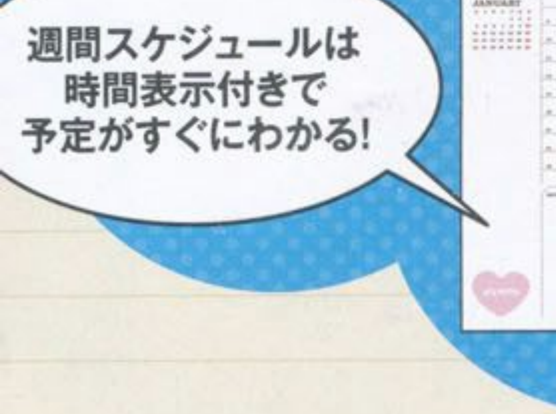
好評発売中♥

PICK UP!

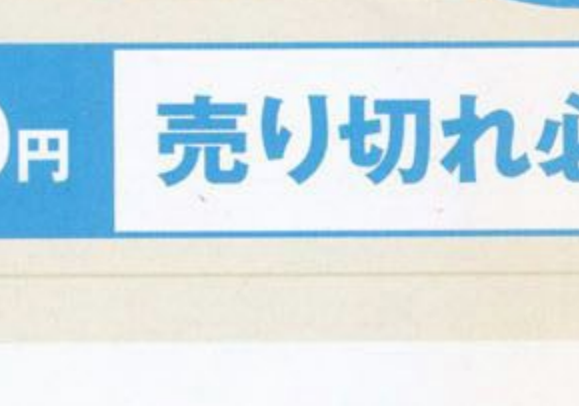
ガーリーなデザインが大人気!
MILKFED.の可愛い手帳が登場

MILKFED. 手帳2010

ハートがいっぱいの可愛いカバー!



月刊スケジュールはラブリーなピンク! 休日には♥マーク入り



週間スケジュールは時間表示付きで予定がすぐにわかる!

お詫び

『X-girl 手帳 2010』と『TSUMORI CHISATO 手帳 2010』において誤植が判明いたしました。
○『X-girl 手帳 2010』 巻頭(2ページ)2010年カレンダー、2月「24」日となるべきところが「22」日になっております。
○『TSUMORI CHISATO 手帳 2010』2010年1月の週間スケジュール(51ページ)で、「30」日となるべきところが「23」日になっております。
読者の皆様、関係者の方々にご迷惑をおかけし、誠に申し訳ございません。両手帳とも訂正シールをご用意いたしました。既にご購入いただき、ご希望の方は、下記の電話番号までお問い合わせください。ご不明な点も同様にお願いいたします。
0120-339-707(編集1局第3企画編集部)

定価 各1260円

売り切れ必至今すぐ書店へGO!

一部のコンビニ、インターネットでもお求めいただけます。

宝島社 http://tkj.jp

19page.com

steady. 1月号予告

12月7日(月)発売!

※内容は多少変更になる可能性がございます。ご了承ください。

撮影／[付録]中村圭介

アウター¥9,999　ワンピ¥5,999　ニット¥4,999　スカート¥5,999…

みんなが選んだホントに使えるアイテム!

買ってよかった! プチプラ良品

>>>>>Fashion

大人気1カ月コーデにメイクとヘアアレンジ法も付いたスペシャル拡大版!

好感UP♥イベントだらけの30days

とじこみ BOOK IN BOOK サマンサBOOK

- 憧れブランドのバッグ＆お財布
- 駅までダッシュ☆パンプス＆ブーツ
- 女度あがるアイウェア
- みんなのおしゃれ防寒テク
- 春まで活躍! おしゃれ機能コート

>>>>>Beauty

- 決定☆ベストヒットコスメ2009
- みんなの「効いた!」ダイエット

>>>>>Life

お金が貯まる「ひみつノート」

- HOTドリンクでほっこり時間
- 乙女雑貨でお部屋を可愛く

超豪華2大付録!

その1 大好きブランドが、ついに付録初登場!

サマンサティアラ あぶら取り紙付きマルチケース

可愛いハート柄に高級感あるゴールドプレートのブランドネーム付き。
付属のあぶら取り紙をセットできるマルチケースは、こまごまとしたものを入れてもOK!
※ケースに入れたカードは付録には含みません。

その2

リラックマ 新作スイーツ柄卓上カレンダー♪

オフィスのデスクにも置けちゃう卓上カレンダー。ケーキやマカロンのリラック
が超可愛い! 2009年の12月から始まるので、購入後、すぐに使えちゃうんです

19page.com

愛読者特典

1. ホテルでのご利用代金
すべて20%OFF
宿泊、ご飲食、マッサージ、アロマトリートメント、お土産など、ホテル館内で発生する全ての料金を20%OFFでご提供。

2. **ウェルカムドリンクでお迎え**
「やまももジュース」「スパークリングワイン」のいずれかを無料でご提供。

3. **スペシャルスイーツをサービス**

4. **1時間のアーリーチェックイン、レイトチェックアウトが無料**

5. **InRed(宝島社)×Panasonicコラボの電動アシスト自転車「A.girl's」貸出し無料**

モデルプラン　たまには豪華に! ボディケア付き
有給消化♪ 女子2人の平日癒し旅

ご利用料金(大人2人分)	通常価格	特別価格	
宿泊料金(本館ツイン2食付)	36,960円 →	29,568円	7,392円お得
赤ワイン フルボトル	3,675円 →	2,940円	735円お得
アロマテラピー(ボディコース40分)	12,000円 →	9,600円	2,400円お得
2人分合計	~~52,635円~~ →	42,108円	10,527円もお得です!

※平日=月~木(祝日、祝前日、特別料金期間を除く) ※上記料金はサービス料10%、消費税込となります。
※別途お一人様あたり、入湯税150円を申し受けます。

ホテル海　〒413-0231 静岡県伊東市富戸字花生場1214-1
TEL:0557-51-0393

「ホテル海」とは…

客室、野天風呂、全てがオーシャンビュー。自然に囲まれた全15室のゆとりあるホテル

4500坪の広い敷地にわずか15室。海沿いの静かな空間で、贅沢なひとときをお約束。全室にウッドデッキ付きです。お食事は、伊豆でとれた新鮮な魚介を中心とした和食コース。アロマテラピーなども受けられる、極上の癒し空間です。

予約電話番号　受付時間 9:30~18:00
0557-51-0393
ご予約時には必ず「steady.愛読者プラン」とお伝えください。

パソコン、携帯からもご予約いただけます。
PC(steady.ホームページ) http://tkj.jp/steady/
携帯からはこちら! http://tkj.jp/mo/uml/steady/

こちらのご利用券を切り取って
ご宿泊当日にご持参ください。

steady.愛読者プラン ご利用券
ご利用期間:2009年11月7日~2010年3月末日まで

ジル スチュアート カフェが大阪、心斎橋にオープン！

11／14、大丸心斎橋店北館B1Fに世界初のジル スチュアート カフェがオープンします！カップケーキやスープなど、ジル スチュアートオリジナルのキュートなメニューが揃います。また、マグカップやトートバッグなどカフェ限定商品も展開予定。シーズンごとのフェアも行います。キュートなユニフォームにも注目♥ カフェの隣には、ジル バイ ジルスチュアートのショップもオープン予定なので、お買い物＆カフェでジルワールドを満喫して！

問 ジル スチュアート ☎03-5467-1827

バロー夫妻の手作りオリーブオイル石鹸、日本限定発売

バロー氏が出会ったのは、オーストラリア・ハンター渓谷のエキストラバージンオリーブオイル。せっかくのピュアなオリーブを、科学的な製法で石鹸にしてしまってはいけない。バロー夫妻は、昔ながらの手作りで丁寧に作り上げました。肌の潤い成分"天然のグリセリン"をたっぷり含んだ石鹸で、乾燥肌・敏感肌の炎症をやわらげ、紫外線から肌を守ります。また、アレルギー反応を起こすことも、ほとんどなし！ 試す価値大の石鹸です。

問 ビゴレ ☎03-6807-2658

MARY QUANT

マリー クヮントがポイントアップキャンペーンを実施！

マリークヮント メンバーズ ポイントアップサービスは、お買い上げ金額税込み￥1,050ごとに1ポイント加算。ポイント数にあわせて、希望のオリジナルアイテムが貰えるサービス♪ このサービスが、11／1～24の期間に、ポイントアップキャンペーン2009を実施。期間中1回のお買い物に限り、商品を税込み￥10,500以上お買い上げで、通常のポイントにプラス10ポイントが貰えます！ 2009年プラチナメンバーズの方にはプラス30ポイントです！

問 マリークヮント コスメチックス ジャパン
0120-53-9810 http://www.maryquant.co.jp

ナイキのフラッグシップストアが原宿にオープン！

東京初のフラッグシップストアとなる、ナイキ フラッグシップストア原宿が、11／14にオープン！お気に入りのシューズやバッグのカラーや素材をカスタマイズオーダーできるNIKEiDは国内最大スペース！他にも、あらゆるフットボールプロダクトが揃う、日本初上陸のNIKE BOOT ROOMや、曜日別メニューのランニングクラブなど、豊富なプロダクトとユニークな体験とサービスを提供。ぜひ一度足を運んでみては？

問 ナイキ お客様相談室 0120-500-719

ウイングのニットインナー『ほっトコットン〈スーパーフラット〉』新発売

『ほっトコットン〈スーパーフラット〉』は、肌に優しく、気持ちの良いニットインナー。吸湿発熱素材で暖かく、ネック、袖、すそのフラット仕上げでアウターにひびきにくいので、快適にすっきり着こなせます。脇の隠れた"汗とりパッド"で、汗ばんだ時も、ニオイが気にならず、アウターも清潔に保ちます。
ほっトコットン〈スーパーフラット〉〈左〉EL-5241（2分袖）￥2,625〈右〉EL-5741（8分袖）￥2,940（LLサイズは￥3,150）

問 ワコール お客様センター 0120-307-056

『おうちで ラテアート コンテスト』開催！

『おうちで ラテアート コンテスト』は、自宅にエスプレッソマシンがあれば、誰でも簡単にチャレンジできるコンテスト。ラテアート、デザインカプチーノに挑戦し、作品をWEB上・郵送にて募集。後日決勝大会を行い、優れた作品を表彰し、紹介します！作品募集期間は、10／1～11／30。応募にあたっての諸ルールは、『おうちで ラテアート コンテスト』(www.latte-art.jp) にて掲載しているので、気になる人は今すぐチェック！

問 ラテアートコンテスト事務局 0120-066-179

ココ ディールが大阪、大丸心斎橋北館B1Fにオープン！

ココ ディールが、関西4店舗目となる大丸心斎橋店を11／14にオープンします！ オープンを記念して木下優樹菜さんとのコラボバッグを発売！ また、11／14、15の2日間は、お買い物をした方先着300名にヒョウ柄トートバッグをプレゼント！ その他指定のワンピとスカートを一緒に買うと、通常￥12,915のところ、￥9,975になる特典や、限定商品もご用意！ ぜひお店に足を運んでみて！

問 ココ ディール ☎03-3794-6800
http://www.aiia.co.jp

アース ミュージック＆エコロジー×田中美保のコラボバッグが登場！

今年10周年を迎えるアース ミュージック＆エコロジーが、田中美保さんとバッグをコラボレーション！8月下旬から始まったこのコラボ企画、WEB上でコラボの打ち合わせ風景や、キャンペーンビジュアル撮影風景を公開したり…と実際にコラボ商品が作られる過程を追いかけてきましたが、いよいよ待望の商品が発売！全国のアース ミュージック＆エコロジーのSHOPで発売されるので、チェックしてみて！

問 アース ミュージック＆エコロジー新宿
☎03-3349-5676

Edition

ゾゾタウンに「エディション」のオフィシャルオンラインショップがオープン

ショッピングサイト、ゾゾタウン（http://zozo.jp/town/）にトゥモローランドが展開するエディションのオフィシャルオンラインショップがオープンしました！オリジナルブランド「エディション」「バッカ」を中心に、世界中からバイヤー独自の視点で買い付けたコレクションブランドからドメスティックブランドまで幅広く展開。本物に価値を求め、遊び心と自分のスタイルを持った人に向けたセレクトショップです。

問 ゾゾタウン http://zozo.jp/shop/edition/

ヴァンドーム青山のクリスマス限定ジュエリー

ヴァンドーム青山からクリスマス限定ジュエリーが登場します。重ねたときに『I love you』のメッセージが現れるペンダントと、リバーシブルタイプの星モチーフのペンダント。どちらもクリスマススペシャルBOX付き♪ おねだりジュエリーとしても、自分へのごほうびジュエリーとしてもおすすめです♥
〈左〉I♡U（アイ ラブ ユー）2本セットペンダント￥52,500〈右〉クリスタルステラ ペンダント￥29,400

問 ヴァンドームヤマダ ☎03-3470-4061
http://vendome.jp

麻布テーラー ギフトカードが誕生！

もうすぐクリスマス。ダンナ様や彼氏に最適なプレゼントのご案内です♥ WBC日本代表「サムライジャパン」のオフィシャルスーツも手がけた、今人気のオーダースーツ専門店『麻布テーラー』から嬉しいギフトカードが誕生。二人だけの記念の一着にふさわしい、最高のプレゼントをこの機会にゲットしてみては？
※ギフトカードの販売はWEBサイト（12月上旬予定）のみなのでご注意を！

問 麻布テーラー代官山 ☎03-3461-1330

ドラゴンウィッシュから秋の新作スニーカーが登場

ドラゴンウィッシュの秋の新作は、細身のフォルムが特徴的。インソールは上げ底（4cmのヒールが中に入っています）使用で、足もとがすっきり見え、美脚効果抜群です！普段はヒール靴が多いという方にもおすすめのスニーカーです。
〈左〉D9-206FW（白×黄土色、クリーム×紫、クリーム×赤）￥5,775〈中〉、〈右〉D9-205FW（白×サーモンピンク、白×青、白×パールグレイ）各￥6,300

問 G.N.C／a.c.i ☎06-6292-7771
http://www.dragonbeard.net

10page.com

毎日ハッピーに働く お仕事ガール物語

文／田村夕美子　イラスト／ヨーコチーノ　撮影／梶田麻矢（小笠原事務所）

vol.7

マーケティング部事務職 静華「おそろい意見は企画不採用」

19page.com

★マーケティング部　静華 プレゼンデビュー。

『静華さん、お茶を用意してね！』マドカ主任がゲキを飛ばす。今日は部内の社内プレゼンが開催される。

〝来春発売予定の栄養ドリンクの販促案について、静華ら事務職も含め、部員の全てに、アイデアを考えてほしい〟

このミッションは、業績アップまでの道のりを短距離にしたいが故の戦略なのかもしれない。でも、静華は自分の企画が採用される記念日になるかも！と前向きな姿勢で、今日の成功を目標値に励んでいた。

マドカ主任は、マーケターながら事務仕事にも協力的で、部下の面倒見も良い。いつかは、マドカ主任の位置を目指したい静華……

★同僚たちの協力ぶりに感謝……

『同僚の方々の意見を聞いてみた

こんなマドカ主任の薦めを受け、プレゼンの一カ月程前に静華は同僚たちに相談した。自分の任務のごとく企画を考えてくれる経理部、総務部、企画室の同僚たち。ランチタイムはいつも一緒。社内会議も席を並べて座り、発言をする時は一人ではなく〝私達おそろいの意見〟として互いを守り合う。こんな強力な同僚たちの応援のお蔭で、本番を迎えることが出来た。おそろい仲間が集えば百人力だ。

★いよいよプレゼン開始！

「〝エコに繋がる飲料？〟つまり、容器のリサイクルについて強調するのですね。環境保護団体へのアプローチを第一目標にするのですか……面白い視点です」

ベテランマーケターのプレゼンが口火を切る。穏やかに感想を告げる部長。静華は緊張感でいっぱいだ。それを察したのか、隣に座るマドカ主任が静華の紙コップにお茶

カ主任。お茶で喉を潤すと、幾分、硬直した身体が解きほぐれたように感じた。

次は、いよいよ静華の番だ。温かみのあるマドカ主任の視線がエールとなった。

「テーマは〝アラサー女子のやる気アップ！〟です。ターゲットを、男性から女性へと方向転換するのです。データによると、女性の三人に一人は、ドリンク剤を愛飲しているとのことです……」

静華の透明感のある声が、会議室中に響き渡る。順調な滑り出しだ。緊張感もどこかへ飛び、資料の説明も難なくこなした。

「では、私からは以上です」

緊張感が一挙にほぐれるが、次の瞬間には更なる難関が静華を待ち受けていた。

「静華さん、〝アラサー女子〟とは、具体的にどんな女性像を想定しているのですか？ キャリア、ライフスタイルなど多種多様のはずです」

今回の主人公は…
マーケターになりたい事務職OL。社内には仲良しの同僚がたくさんいる人気者。今はプレゼンに向けて準備中。

た。先ほどの穏やかな社風は厳しいものに変化している。ただ、立ちすくむだけの静華……

★〝おそろい〟の仲間達が気づき始める『自分』

結局、静華の企画は不採用。〝マーケター〟への道への険しさを思い知らされ、資料整理など事務作業をこなす日々。いつもの仲間達とランチタイムを過ごそうと、デスクから離れようとしたその時だった。

「静華さん、ランチミーティングしない？　同僚の方々も誘ってくれると、ありがたいのだけど……」

マドカ主任の声。お説教でもされるのだろう……気乗りがしない。が〝上司命令〟には逆らえない。内線電話で仲間達を集める静華。

小会議室のテーブルには自社商品の食品とドリンク類がセットされていた。そして、驚いたことに座席には、一人一人の名札が添えられている。しかも、名前の脇には仲間達それぞれのキャッチコピーが加えられていた。〝ONとOFFの切り替え上手。金庫番もこなすしっかり者／経理部　田中さん〟〝きめ細かな対応で、社内のコントロールもバッチリ／総務部　鈴木さん〟……そして、静華のキャッチコピーは、〝人気の秘密は、ステキな笑顔とタフな向上心／静華さん〟だった。

「今日は既存の商品について、新しい意見を頂戴したいと思って、集まってもらいました」

マドカ主任の挨拶でスタートが切られたが、静華は名札を見つめたまま。マドカ主任の思いが刻まれているように感じるのだ。きっと、マドカ主任は別の意図も含めて、私たちを集めたのではないか？　次に、静華はいつもとは違うアングルで、仲間達に視界を移す。同系色のカーディガンに身を包む仲間達は〝おそろい〟でいることを心地よく感じているように見える。

商品を手に取り、静華は皆へ問いかけるようにマドカ主任へ問いかけた。

「マドカ主任、これらの商品は私達一人一人の力も源となって完成したのですよね？」

〝OL〟〝アラサー〟と括られがちだが、皆それぞれに異なる個性がある。マドカ主任は、そんなメッセージをキャッチコピーに託したのだ。

マドカ主任が応える前に経理部の仲間が貴重な発言をした。

「〝金庫番〟か……光栄です。私はこれら商品の採算をチェックしていますしね」

そう。これらの商品はたとえ、制作や販売には直接関わらない職種でも、採算のチェックや取引業者との折衝等、様々な働きを経て創造された結晶だ。

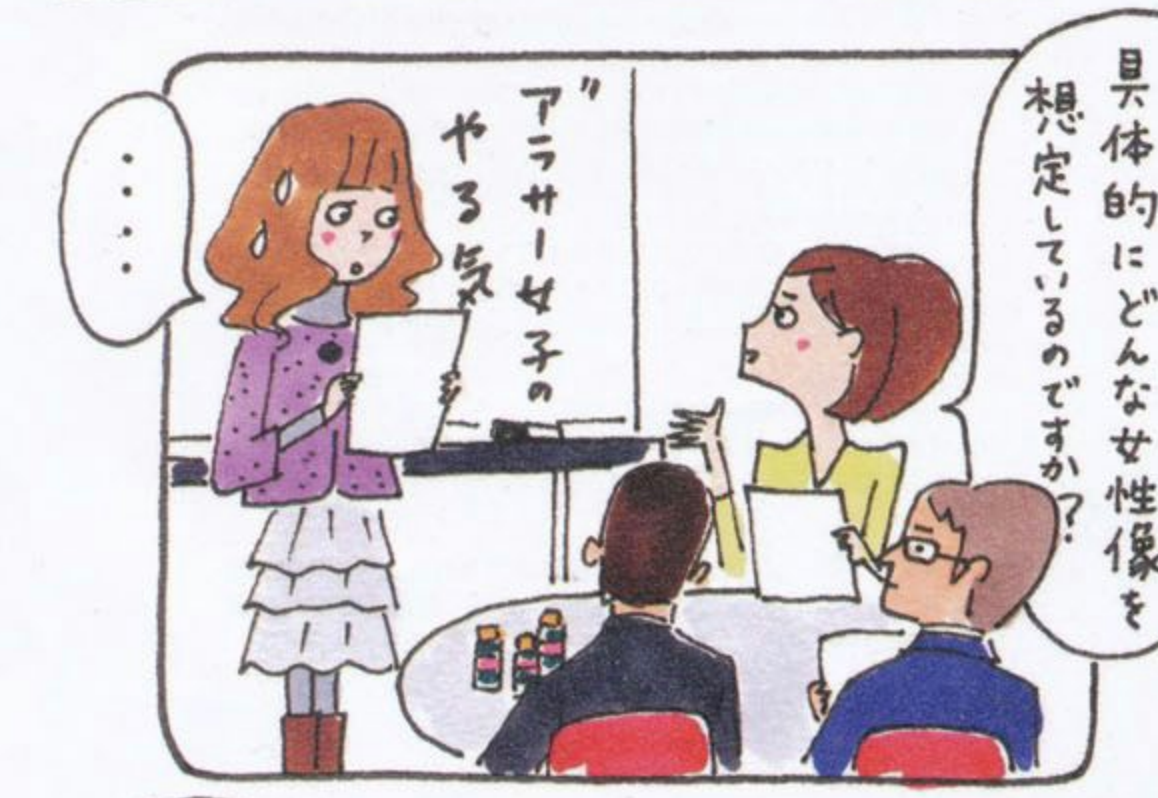
仲間達とおそろいの意見を発したところで、アプローチが薄いこともある。個々の力を出し尽くせば、目の前の商品を超える多様なアイデアが生まれるかもしれない。

しだいに、仲間達は目の前の自社商品に手を伸ばし始める。テイストの改善を求める企画室の仲間、ラベルの印刷について業者の見直しを提案する総務部の仲間。営業部と経理部の仲間らは、商品ごとの利益率の社内データを携帯電話へダウンロードしている。皆が、自分の意見を語り始めた。午後からの仕事は、皆、熱くなりそうだ……

〝パートは30日フル稼動！　タフなアラサー女子の専用ドリンク〟

ふと、来春発売の栄養ドリンクのオリジナルコピーが脳裏に浮かぶ静華だった。ボツからの脱却を目指す、〝タフ〟な一面を覗かせることになるのか。

終



田村夕美子 Yumiko Tamura

経理環境改善コンサルタント&ライター。経理を主体とした事務系コンサルタントとして、執筆やセミナー活動に従事。「できる総理の仕事のコツ」（日本実業出版社）全国の書店にて好評発売中！

19page.com

Horoscope

11.7～12.6

Care Bears™

ケアベアは、それぞれ異なったシンボルマークにちなんだ役割・使命を持ち「思いやる心」「分かち合うこと」の大切さを教えてくれます。
Care Bears™ Japan Official Website
www.carebears-jp.com

牡牛座
4.20～5.20

総合運 やらなければいけないことが山積みなのに怠けモード。そんな気分なときに重大な決断などを迫られる恐れも。オレンジ系のネイルが活力UPに。対人面は身近な人への気配りを忘れないこと。また、何気ない親切が後で返ってくるかも。レジャーは流行りのエンタメスポットにツキあり。

恋愛運 粘りがちな運勢。長い間片思いの人は、相手に思いが通じるチャンスが。出会いは華やかな合コンで、山羊座か年上の素敵な彼と遭遇できます。カップルは彼以外との異性と発展する予感が。

仕事運 一見うまくいっていることほど、不利な状況に突如見舞われそう。気まぐれな上司に振り回される気配も。念には念を押した行動を心がけて。黒い革ベルトの時計が災難回避アイテム。

金　運 堅実になるほどかえって苦しくなるとき。雑貨やおしゃれ小物など潤いをもたらすものは、ケチらず購入を。ただ大きな買い物も来年に見送ったほうがよさそう。北西の銀行が吉。

牡羊座
3.21～4.19

総合運 パワーが上昇。物事をポジティブに捉えられるとき。新しい才能も発見できます。お稽古や趣味などどんどんチャレンジを。対人面はユーモアな人物にプラスの刺激を受ける暗示。今まで縁のなかった環境などに輪を広げてみて。美容は小顔、部分痩せに特に力を注ぐと成功します。

恋愛運 意中の彼にしつこくして引かれそう。第三者に援護を頼むなど受け身に徹して。新しい出会いは華やかな展開が待ち受けています。水に絡んだ場所にツキあり。カップルも温泉デート吉。

仕事運 知的な分野にツキがあります。また、今まで頑張って続けてきた資格などを生かせそう。転職話は積極的に進めて吉。ただ、対人面は不安。上司への資料提出はぬかりなく。

金　運 交際費がかさみ金欠状態が続きそう。本当に必要な場所以外は顔を出さないこと。日常の小さな見直しも意外と効果あり。ただ、ダイエットはお金をかけずに痩せられる暗示が。

蟹座
6.22～7.22

総合運 思いついたことをどんどん形にしていけるとき。ダメでも少し視点を変えるだけで、大きく発展する暗示も。また、対人面では誠実な交友関係が開運に。小さな約束でも大切にして。ダイエットは、頑張りすぎてここ一番という場面でリバウンドしそう。人と一緒に励まし合いながら始めると確実に成功します。

恋愛運 地味めな人ばかりが近付いてきそう。あなた自身もこの時期はモテる割にアピールベタになりがち。また年下の男子からパワーを吸い取られる恐れも。房のついた小物が開運に。

仕事運 与えられたことをただ黙々とこなすだけになりがち。乙女座や魚座など創造性の高い人と行動を共にすると吉。またこの時期は自信を持って発言、発表することも開運のカギ。

金　運 何事にも目標を持つことが開運を招くとき。特に休暇やブランド品購入のための預金が吉。ただ、12月は突然ピンチ状態になる恐れが。健康への無配慮が思わぬ大きな出費に繋がるので気をつけて。

双子座
5.21～6.21

総合運 運気そのものは悪くないけれど、なぜか精神的に不安を感じやすいとき。今まで当たり前にできていたことができず、ストレスもためがち。過去に諦めてしまったものに再度トライすると運が上向きます。健康は生理不順や乾燥に悩みがち。部屋も肌も潤い重視の心掛けて。バカンスを通じて知り合った人がラッキーパーソンに。

恋愛運 意中の人は先手必勝にツキあり。のんびり攻めていると横取りされるかも。赤いネイルが開運。また、出会いは12月前半に集中します。夜景のきれいなレストランが幸運プレイス。

仕事運 楽しみながら稼げるとき。今までの日々や行動を少し見直すだけでも、仕事のモチベーションが上昇しそう。転職は来年になると流れが変わるので、その気があるならアクティブに動いて吉。

金　運 まずまずな運勢。趣味が思わぬお金を生み出す暗示。サイドビジネスもツキがあります。また、ダイエットや美容への投資もこの時期はマスト。思いきってきれいになるための投資を!

乙女座
8.23～9.22

総合運 人のもめごとに巻き込まれるなど冴えない運気。睡眠不足で集中力がダウンする恐れも。現状が少し悪くなっても、焦らずマイペースでいればゆっくり好転していきます。創作力がUPするので懸賞などにトライしても吉。趣味や習い事でも充実できそう。バカンスは温泉が開運スポット。

恋愛運 出会いはあるけれど勘が鈍るのでダメ男を捕まえそう。派手な言動の人は避けること。また出会いは少人数の合コンや飲み会に潜んでいます。同じ星座や血液型の人も運命の相手に。

仕事運 頑張ってもイマイチ評価されにくい星回り。パートナー運も低調。人をあてにせず自分の力でコツコツやりぬいて。転職もNG。将来に向けての資格取得に励むなど、自己投資が開運に。

金　運 プチ株など投資にツキあり。また自分の内面を潤わせることへの出費も開運を招きます。ただ、ぼんやりしているとあっというまに交際費がかさむので注意、11月下旬に計画を立てると吉。

獅子座
7.23～8.22

総合運 火星の影響を受け、スタミナあふれる行動ができるとき。人間関係もリーダー的存在に。周囲にチヤホヤされそう。ただ、あれもこれもと目いっぱい抱え込んでミスもしがち。本当にやりたいことを2つぐらいに絞ると吉。美容は情報が成功の鍵に。特に身近なおしゃれな友人からの口コミは見逃さないこと。

恋愛運 フェロモンがUPするので積極的にせずともモテるとき。ただ、ぼんやりしているとその中の一番ダメ男を選びそう。金銭感覚や趣味が一致する相手をマークして。カップルは懐かしい場所が開運に。

仕事運 後輩などの面倒見の良さや気配りが好感度を招くとき。やりがいのあることを与えられたり、昇給などの朗報も期待できます。ただ、強引な仕事の仕方は裏目に出るので注意。

金　運 不安定。ストレスから無駄な出費に走りそう。特に流行や情報に惑わされすぎて不本意なものを買う恐れも。今自分に必要なもの、似合うものを慎重に見極めて。黒い小銭入れが開運に。

Care Bears™ NEWS

キュートなケアベア アイテムがショップに集合!

ケアベアの国内商品が一堂に集まったケアベアショップ原宿がラフォーレ4Fにオープン!
Care Bears™ Shop Harajuku
ラフォーレ原宿4F　TEL/FAX　03-3478-2201
営業時間:11:00～20:00

information
ムーン・リー先生監修のiPhone占い第2弾「人生のピンチを救うサターン・リターン占い」が好評発売中！ 詳しく知りたいコは、http://appliya-inc.com/ja/catalog/SaturnReturn/へアクセスしてチェックしてみて！

ムーン・リーのMonthly

蠍座
10.24〜11.22

総合運 華やかなオーラが漂い、あちこちから誘いが目白押し。憧れの人と交流の輪も広がります。アクティブに動くほど運がUPするので、億劫がらずに外に出て。美容は頑張っただけの成果を得られるとき。特にネイルとヘアケアに力を注ぐと吉。ブランドアクセなどセレブなおしゃれも開運に。

恋愛運 片思いが通じたり、マンネリ気味のカップルも穏やかに関係が戻りそう。ただ、受け身はNG。あなたから先に行動を起こすことがすべての幸運に繋がります。隠れ家的なお店が幸運スポット！

仕事運 ひらめき力がUP！ 打てば響くような仕事をこなせるとき。企画や提案が通ったり憧れのポジションを得られそう。ただ、偏ってしまうと運が乱れることに。広い視野や行動力はキープして。

金　運 幸運期。期待していないことほどサプライズが潜んでいそう。また、欲しい物をプレゼントされるなどギフト運も大吉。お財布を部屋の暗い場所においておくと更に開運します。

天秤座
9.23〜10.23

総合運 今まで穏やかに過ごしていた人ほどハードなことに見舞われがち。また、対人面ではデリケートなあなたらしくない言動をとりそう。人を傷つけたり、恨みを買う恐れが。空気を読んだ行動を心がけること。健康運は胃腸トラブルに注意。暴飲暴食や過激なダイエットに気をつけて。

恋愛運 セレブな異性と遭遇できるとき。華やかな合コンやイベントにはマメに顔を出してみて。またスキンケアが出会い運UPに。目の下のクマやげそっとした頬はモテ度ダウンに。

仕事運 地道な星回り。あえて遠回りかもと思うことや、人が嫌がることに目をむけると吉。また、流れが二転三転する時期なので転職は控えたほうがよさそう。金融系の職種にはツキあり。

金　運 衝動買いが大きな赤字を招くとき。どんなに欲しい物でも最低2度はショップに足を運び、財布の紐を緩めないこと。バーゲンもこの時期は鬼門。ただ、12月は賞金やクジにツキあり。

山羊座
12.22〜1.19

総合運 落ち気味だった精神面が安定し、ゆとりが生まれるとき。対人面は、地味そうで意外と多くの出会いがあります。将来を繋げてくれる人物に遭遇する暗示も。また、おしゃれは自信のないことにチャレンジすると吉。新たな魅力を発見できそう。健康は免疫力がダウンしがち。黒いフードが開運に。

恋愛運 ライバルが出現しそう。でも性急な告白は裏目に。彼の好きなことをリサーチし、フレンドリーに接近すると成功します。新しい出会いは偶然行った場所に潜んでいます。カップルはペア物にツキあり。

仕事運 基本は真面目なあなただけど手抜きモードになりがち。またその手抜きが思わぬ波紋を招くので気をつけて。誠実な同僚や上司が開運パーソンに。12月からは勘が冴え仕事が乗りそう。

金　運 あてにしていたお金が流れるなど、イマイチ冴えないとき。軽いサイドビジネスやネットショッピングを始めるとツキUPに。買い物は11月中旬が狙い目！ 掘り出し物を手にできそう。

射手座
11.23〜12.21

総合運 下旬から幸運期。小さなツキが次々と舞い込み気持ちも華やか。イメチェンも吉。周囲からきれいになったと噂されそう。ただ、対人面は日頃のあなたらしくなく、勘が鈍りがち。敵と味方を見極められない恐れが。あえてあなたにシビアな言動を与えてくれる人を大切に。健康は腰痛が病気のシグナル。

恋愛運 行動範囲を広げるほど素敵な出会いが期待できます。特にナイトスポットやユニークなイベント会場でタイプの彼と運命的な出会いも。カップルは、デキ婚や突然のプロポーズの予感も。

仕事運 重要な決断を迫られそう。基本的には動いたり進めたりしたほうが吉ですが、信頼できる人にジャッジを頼むと吉。また、一見遠回りかもと思えることに成功が潜んでいます。

金　運 出るけれどリズムよく入ってもくるとき。この時期に浪費しすぎず、上手に使えば後々潤える可能性が大。12月は日頃お世話になっている人への贈り物などをすると開運します。

魚座
2.19〜3.20

総合運 好不調の波が交互に訪れるとき。たとえミスをしてもクヨクヨせず仕切り直して。対人面はヘルプの運気。困ったときにあなたのために親身になってくれる人に恵まれます。またかけもちにツキあり。何事にも二つのことを同時進行させると吉。健康は下旬から低調。うがいなど当たり前のことをやり続けることが開運に。

恋愛運 出会いを上手に繋げられないとき。ブルーの背景の待ち受けが開運に。意中の彼には早めの贈り物攻撃で仲が進展しそう。また意外と身近に出会いが潜んでいるかも。蟹座か山羊座をチェックして！

仕事運 下旬に行くほど停滞。突然の企画却下など予定変更に泣かされそう。前半調子のいい事ほど慎重に運んで。ただ、12月は勝負運がUPします。面接やオーディションなどで思った以上の実力を発揮できそう。

金　運 趣味やレジャー、出張先などで散財しがち。後で何でもこんなものを？ と思うような後悔するものを買う恐れも。洋服、生活費などは口座や預金を別にすると無駄使い回避できます。

水瓶座
1.20〜2.18

総合運 前半は根も葉もない噂を立てられるなど、対人面不調。あなた自身も人との関わりを煩わしく感じそう。聞き上手に徹して気まぐれな言動は慎むと吉。12月からは運気が好転。美的センスが優れるので個性的なおしゃれを楽しめます。ダイエットは[illegible]サイズ下の服を買うなど目先の目標を立てるとGOOD。

恋愛運 気楽につきあえる異性の中から[illegible]の相手が見つかりそう。合コンなどでノリが合う相手をマークして。また、レジャー先も出会いの宝庫。カップルは彼の[illegible]が不仲を招きそう。

仕事運 チャンスの波に乗れるとき。また、おいしい転職話などもちらほら飛び込んできそう。フットワークの軽さを心がけて。対人面は意外な人に助けられたり、引き立てられる暗示が。

金　運 勘が冴え大きなチャンスをつかめるとき。投資やプチギャンブルも大吉。ただ、何事も知恵を働かせたり行動をすることが鉄則。人任せや受け身でいてはダメ。また、金銭の貸し借りは禁物。

19page.com

Care Bears™ and related trademarks © Those Characters From Cleveland,Inc.

今月の steady.モデルを PAPARAZZi パパラッチ

皆様お気づきかとは思いますが、何とめでたくsteady.も3周年♥
すべては愛する読者さまと可愛いモデルさまのおかげです。
そんな感謝のキモチで今月のパパラッチをお届けです★

PHOTO:steady.editors

3 2 1
5 4 2009.December
8 7 6

1.メッセージも一生懸命書いてくれました。みっこLOVE♥ by編集担当。2.3体合成ポラを見てウケる沙樹ちゃん。3.『透明人間の買いもの』。何を買うのか気になります…。4.現場にあったおばけカボチャとパチリ☆ 5.美優ちゃんってば気持ちよさそうね。6.ちなみに同日撮影の美優ちゃんもボーダー。ちゃっかり担当鈴木がいるのが気になりますが…。7.「トーク終わらず困り顔」の美保ちゃん。「一緒に写ってもいいよ」っておちゃめなおじさんに場も和みました。8.2人がかりで撮影準備。寒くなってきたからニットも余裕よね〜。

1. steady.3周年ありがとう!

担当:A・C

2009/10/05
Place:都内スタジオにて

3周年企画のバルーンでおどけるみっこ♥

2. 冬のマンネリ服脱出計画

担当:A・S

2009/10/03
Place:都内スタジオにて

鬼のポラ・チェック!?

3.

2009/10/05
Place:都内スタジオにて

今月のレナの推薦図書は・・・

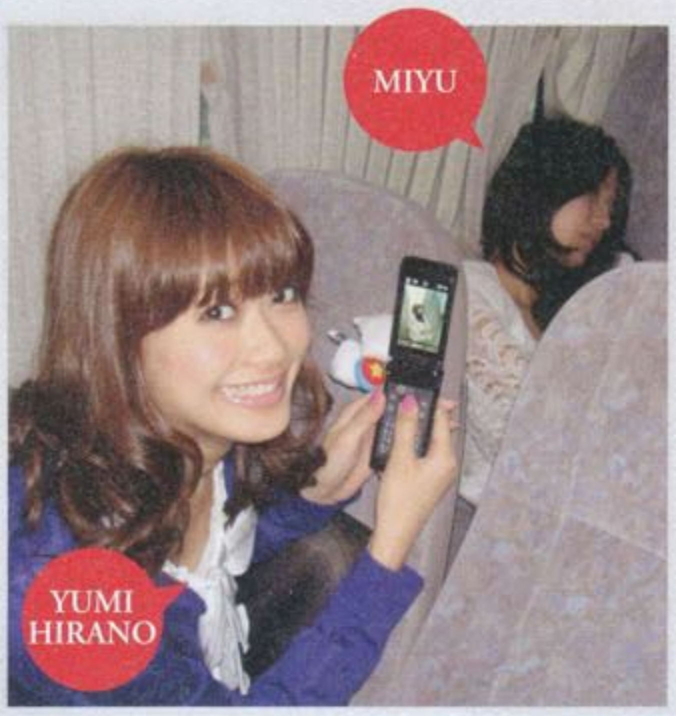
4. "着やせコート"ランキング

担当:Y・S

2009/10/03
Place:銀座にて

だってハロウィーンですから♥

5.



2009/10/03
Place:ロケバスにて

隠し撮り・パパラッチ現場を目撃!!

6. ピンカール

担当:A・S

2009/10/06
Place:都内スタジオにて

ボーダーシスターズデビュー♥

7. LOVEな着まわし30days

担当:Y・K

2009/09/30
Place:代官山にて

アラブ系おじさんのトークが終わらず…

8. プチプラニット大人買いカタログ

担当:A・C

2009/10/05
Place:都内洋館にて

ピースサインで余裕の美優ちゃん

steady.モデルズから 今月のひとこと

今月も可愛いモデルさんたちのHAPPYを感じてもらえましたか? 力を出し切った3周年号パパラッチ隊一同は腑抜け状態です…。さて、今号は12月号にちなんで一足お先に「クリスマスに欲しいものorあげたいもの」について聞いてみました! きっと、ささやかで可愛い答えが返ってくるはず!?

美優
MIYU

「クリスマスツリーをプレゼントしてみんなで飾りつけしたい!」

田中美保
MIHO TANAKA

「あげるももらうも"愛"!! でも、♥を感じられるものって何だろう?」

梅澤レナ
RENA UMEZAWA

「面白いDVDとか、ゲームとかみんなで楽しめるモノが欲しい!」

矢野未希子
MIKIKO YANO

「マジックボールが気になってます!! アロマディフューザーに癒されたい♥」

steady.ブログも要チェック〜♥ >> http://blog.steady.tkj.jp/

19page.com

NEWハッピーターン誕生記念

新しくなった ハッピーターン で ハッピートラベル 当たる!

おいしいって幸せ!

NEWキャラクター ハッピー王国の ターン王子

ホワイトヘブンビーチ／Tourism Queensland

世界遺産 ハートリーフ／Tourism Queensland

旅行実施 JTB関東 法人営業新潟支店 JTB

NEWハッピーターンの秘密

ミゾがふえて
パウダーたっぷり!

ターン王子の
ハッピーキャンペーン

クイズに答えて当たる!
人気のハミルトン島に
泊まる大人のリゾート

「豪華6日間ハッピーの旅

オーストラリア北東に浮かぶハミルトン島。その最北端に建つ究極のリゾートホテル「クオリア・グレートバリアリーフ」にビジネスクラスで行く4泊6日(2名様1室)の豪華旅行。空港からは専用の高級車でお出迎え。お部屋は眺めの良い専用プール付き。世界遺産の「ハートリーフ」は遊覧飛行でお楽しみいただきます。また、「スパ・クオリア」での極上リラクゼーションでリフレッシュ!豪華な旅行でハッピーな気分になろう!!

※クオリア・グレートバリアリーフは18歳未満のお客様の宿泊が不可になっている為、18歳未満の方が当選された場合は別ホテルでの手配になります。ご了承ください。

当選者数（合計6名様） ペア3組

クイズ ○○○に入るカタカナ3文字は?

新・パウダーキャッチ製法で
新しくなったハッピー○○○

ヒント 新・パウダーキャッチ製法で、新しくなったハッピーターン。

★印を集めて総計8,000名様に当たるキャンペーンも実施中!
詳しくはWEBまたは店頭で! ハッピーターン 検索

「ターン王子のハッピーキャンペーン」事務局TEL 0120-825-537
http://www.kamedaseika.co.jp/

亀田製菓株式会

19page. com

雑誌 15577-12
4910155771297
00562
特別定価590円 本体562円
©TAKARAJIMASHA 2009 Printed in Japan